

**Если хочешь  
быть здоровым**





# РЕЖИМ

*ТОЧНО УСТАНОВЛЕННЫЙ  
ПОРЯДОК ЖИЗНИ*



**КТО ТРУДА НЕ БОИТСЯ – ТОГО  
ХВОРЬ**

**СТОРОНИТ  
СЯ.**

**ОТ ЛЕНИ БОЛЕЮТ, А ОТ  
ТРУДА**

**ЗДОРОВЕ  
ЮТ.**

**БЫСТРОГО И ЛОВКОГО  
БОЛЕЗНЬ**

**НЕ  
ДОГОНИТ.**







