







Памятка «Здоровое сердце»

- 1. Регулярно занимайтесь физкультурой, бегайте и играйте.**
- 2. Обязательно отдыхайте днем и ночью.**
- 3. Ешьте то, что дает мама или воспитатель, все эти продукты очень полезны.**
- 4. Если вы больны, лежите в постели столько времени, сколько назначил врач.**