

Živim zdravo

Gibaj se na svežem zraku.

Poskrbi za nego telesa.

Uči se, razmišljaj, vadi.

Jej raznoliko hrano.

Privošči si dovolj počitka.

Obleka in obutev naj bo primerna vremenskim razmeram.

Redno hodi na zdravniške preglede.

Z zdravim načinom življenja in redno higieno preprečimo marsikatero bolezen. Nekaterim boleznim se lahko izognemo s cepljenjem.