

Паршуков Даниил

Быть здоровым – это модно!

Табак, алкоголь вышли из моды.

Кончатся наши здоровые годы.

Если желаешь жить без болезней,

Надо прожить её интересней.

Спортзал, свежий воздух, пробежка и книги –

Пора заменить ими наши интриги.

Выйди на улицу, сделай зарядку,

И твоё настроение станет в порядке.

Надо чаще гулять выходить,

Чтоб немножко себя подбодрить.

Утром надо раньше вставать.

Делать зарядку, чтобы силы набрать.

«Я не за вредную жизнь, я за ЗОЖ!»

Если с девизом таким ты живёшь,

То жизнь будет долгой, счастливой, без бед,

А главное – меньше от этого вред!