

Twoje zdrowie jest w Twoich czystych rękach

JAK SIĘ NOSI, KIEDY MAMA PROSI?!

Choć to mokra pora roku
Dotrzymuje chłopcom kroku.
Jesień - to na dworze słońca
I kałuże pełne błota.
Gdy na dworze ziąb i chlupa
To Stasiowi marznie... głowa.
Zimna głowa, i choroba jest gotowa!
Więc Stanisław, choć nie lubi
I noszeniem się nie chlubi,
I Wy też to pewnie znacie...
Staś zakłada ciepłe... rękawiczki.
W szalik chowa dwa policzki,
Potem na podwórko leci,
Żeby spotkać inne dzieci.
Na podwórku są chłopaki,
Osiedlowe rozrabiaki:
Tadek, Kostek i Kaspianek.
Ten ostatni jak baranek
Zawsze ciepło jest ubrany,
W swoim zdrowiu jest zadbany,
Choć schowany chudy brzuszek
Ma nasz mały Tadeuszek,
A na plecach ma kożuszek,
To z daleka dwie wesole
Widać jego kostki gołe.
Nie ma skarpet, krótkie buty
A pod nosem wiszą... korzonki.
I to wcale nie są mrzonki!
One ciepła potrzebują,
A zmarznięte źle się czują.



Twoje zdrowie jest w Twoich czystych rękach

Choć Konstancy sprawę zna
Wieżnie gołe plecy ma.
Sytuacja nie wesoła,
Bo z balkonu mama woła
„Kostek! Chowaj nery do... czapki
Nie masz, cienkie spodnie, gołe łapki,
Gdzie kalosze?
Chyba lubisz, kiedy proszę,
Żebyś ciepło się ubierał,
A nie zdrowiem poniewierał.
Zimno, mokro jest na dworze,
Na chorobę, nie daj Boże,
Moja gadka nie pomoże!”

„W organizmie nie zagości
Dużo zdrowej odporności,
Kiedy gołe plecy, kości
To nie będziesz mieć zdolności
Do skakania i biegania,
No i w błocie się taplania”.

Gdy się zdarza chorowanie,
To jest czasu marnowanie.
Nie jest zdrowe leków branie,
Zdrowe w piłę jest kopanie.
Kiedy w planie
Wspólne granie
Podstawowe jest ubranie.
Bo gdy strój jest w jesień kusy
To przyciąga on wirusy!

