

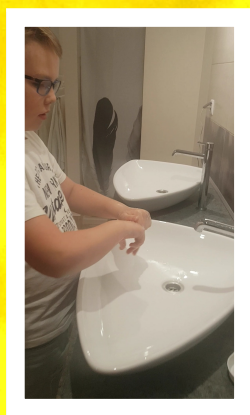
**Jak w obecnej dobie
zadbasz
o swe zdrowie?**

Mniam, mniam

Ważne święto

**Gimnastyka
umysłu**

Mali Naukowcy radzą



**KOBIETA MIESIĄCA:
STANISŁAWA ADAMOWICZOWA**



na ZDROWIE

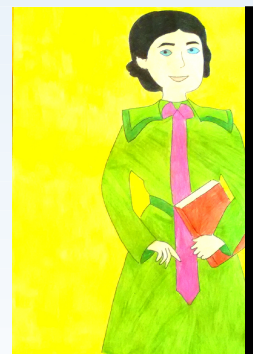
na DOBRY POCZĄTEK...

Oddajemy do Waszych rąk pierwszy numer czasopisma „na ZDROWIE”.

O tym, jak jest ważne i cenne, przekonujemy się szczególnie teraz. Stąd porady mniejszych i większych: „Małych Naukowców” i prowadzących koło nauczycieli. Nie jest bowiem prawdą, że nic nie możemy zrobić! Podjęte w tym zakresie działania mogą być kolorowe, smaczne i uruchamiać całe nasze ciało. Przekonajcie się sami...

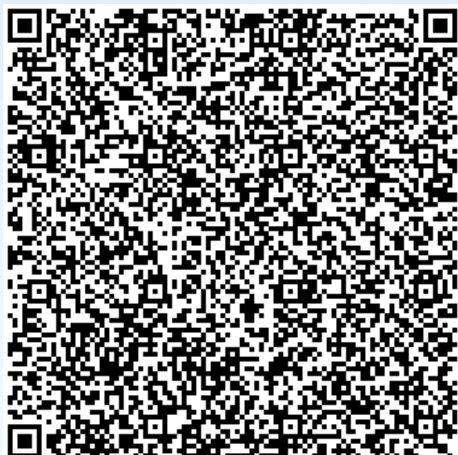
P.S. Wszystko zaczęło się od Stanisławy Adamowiczowej, pierwszej bohaterki tegorocznej edycji programu „Być jak Ignacy. Odkryj tajemnice nauki”. Ku pamięci, bo warto, przypominamy jej sylwetkę i dokonania, wszystko ukryte pod niepozornymi kodami QR.

Życzymy przyjemnej lektury
Redakcja



MALI NAUKOWCY RADZĄ

Jak tu dbać o swoje zdrowie,
kiedy świat stanął na głowie?
Nakazami nas zalewa
od prawa do lewa.
I wykonać przepis trzeba
choć on i sensu nie ma.
Noś wszędzie maseczkę!
a w niej podduś się troszeczkę.
Idź 2 m od rodziny!
a my razem jemy, śpimy.
Wstęp do lasu zakazany!
a tu też się zarażamy?
I tak można by wyliczać,
Mali Naukowcy brykać
by woleli, lecz wyzwania
temat sam się tu wyłania!
Więc do pracy już się biorą
trwać w niewiedzy nie
pozwolą.



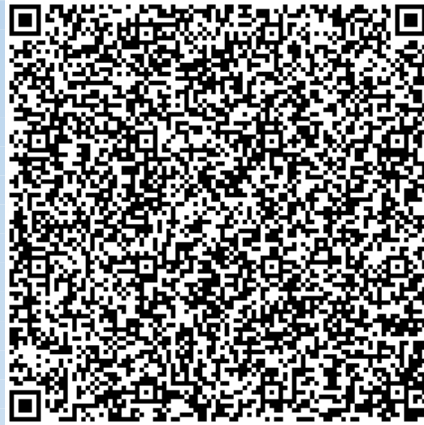
Twoje zdrowie w twoich rękach!
Oto jest zasada święta.
Mydłem dłonie wyszorujesz,
lepiej zaraz się poczujesz.
Teraz podskok, skłony dwa.
w górę ręce aż do nieba,
potem do pięt nisko trzeba.
Kiedy jesteś rozcwiczony
to apetyt masz wzmożony.
Jadaj więc potrawy zdrowe,
choćby "bomby witaminowe".
Byle czego nie zjadamy
na uwadze zdrowie mamy.

Na powietrzu często fikaj,
odpoczynku nie unikaj.
Sen też zaproś szybko
w gości
Niechaj nocą się rozgości.
rady dobre, rady znane
W skrócie tutaj
przypomniane.
Sami Mali Naukowcy
Jak najlepsi wykładowcy
Potwierdzają te zasady
Trza stosować! Nie ma rady!

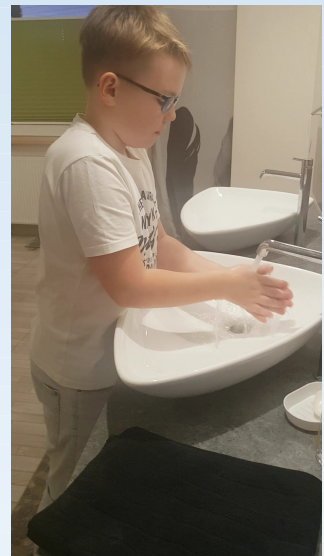
5

na ZDROWIE

MAJA ŚWIATOWY DZIEŃ HIGIENY RAK



Jesteście ciekawi, kiedy
jeszcze kalendarz
przypomina nam
o zdrowiu? Wystarczy
kliknąć napis
ZDROWY KALENDARZ



Chcesz przypomnieć
sobie jak myć ręce
kliknij na napis

FILMIK

na ZDROWIE

JAK W OBECNEJ DOBIE ZADBASZ O SWE ZDROWIE?...

Zamiast słów obrazki, które „powiedzą” wszystko...



Zosia

Chcesz zobaczyć więcej sposobów
na zdrowie kliknij w napis RADY

na ZDROWIE

MNIAM, MNIAM

Jesteś tym, co jesz!
Podpowiadamy jak
stworzyć najlepszą wersję
siebie:)



KOKTAJL



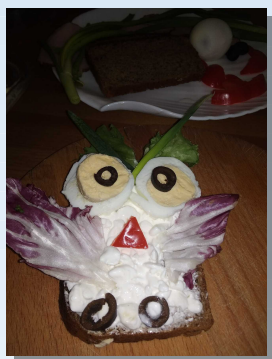
HERBATKA



SALATKA



OWSIANKA



KANAPKI I



**SURÓWKA
nowalijkowa**

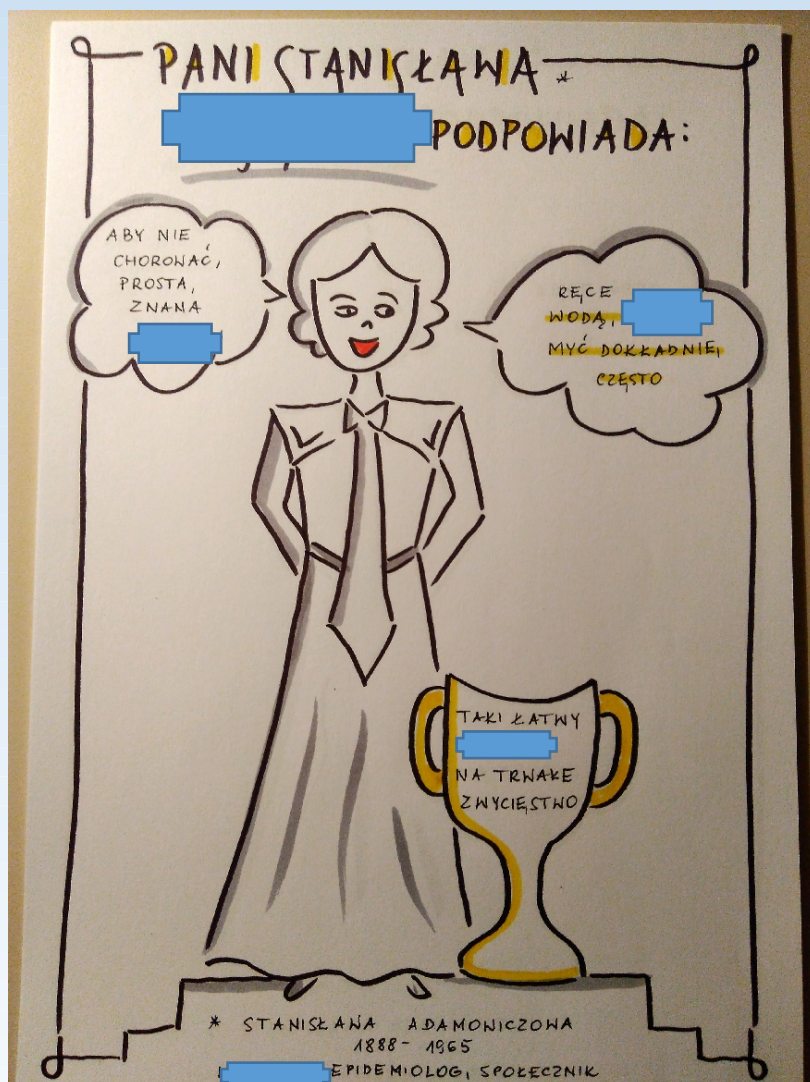
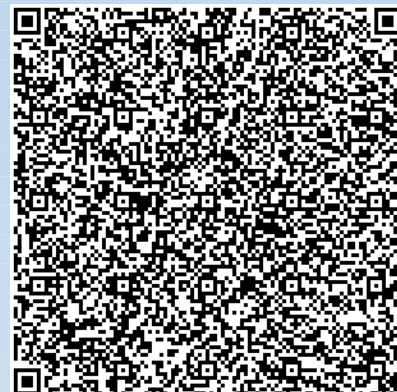


KANAPKI II

Jeżeli chcecie sprawdzić,
jak przygotować te
pyszości wystarczy
kliknąć napis **PRZEPISY**

GIMNASTYKA UMYSŁU

Czasem nie można zadbać o swoje ciało, ale zawsze można zadbać o swój umysł!



Ktoś poprzyklejał na niektóre słowa plasterki, zgadnij, gdzie powinny znaleźć się poniższe wyrazy, by powstał krótki wierszyk:
lekarka, wszystkim, prosty, mydłem, rada

Chcesz rozwiązać więcej zagadek?
Kliknij na napis
GIMNASTYKA
i ćwicz swój umysł!

HOBBY... na ZDROWIE

Co jeszcze służy zdrowiu? Drobne przyjemności, ulubione czynności, coś, co skutecznie odwraca uwagę od całej reszty, np....



MUZYKA...

EKSPERYMENTOWANIE



NAUKA



RYSOWANIE



TWORZENIE



PLANSZÓWKI



na **ZDROWIE**

na
DOBRY KONIEC

To zaledwie początek
przemierzania
Krainy Zdrowia.
Reszta należy
do Ciebie,
Drogi Czytelniku.
Mali Naukowcy zrobili
razem z Tobą pierwszy
krok.

Teraz Ty!

Jeżeli nie czujesz się jeszcze
pewnie na tej drodze, mamy
niespodziankę: listę
ciekawych książek o zdrowiu.
Specjalnie dla Ciebie.

Wystarczy kliknąć napis

NIESPODZIANKA

Zachęcamy!

