**Temat: Chronimy się przed przeziębieniem.**

Jesienna pogoda sprzyja przeziębieniom. Aby im zapobiec musimy o siebie zadbać.

Jak to zrobić?

Dobieramy odpowiednią odzież do pogody.

. 

Jemy pokarmy bogate w witaminy



Pamiętamy o ruchu i dotlenieniu organizmu.



Przestrzegamy higieny osobistej.

 Wysypiamy się.



Wskaż obrazki, które pokazują sposoby zapobiegania przeziębieniom.





 

Dziękuję.