Я не открою вам секрет,

Но дам тихонечко совет.

Чтобы здоровым, бодрым быть,

Себя и жизнь свою любить!

Зарядку делать по утрам

Любой и каждый должен,

Тем настроение предашь,

Красиво тело сложешь.

О гигиене я молчу

И так это понятно,

Что чистый, свежий человек,

Ведь, это так приятно!

Как дверь слетевшая с петель

Ворчать не надо целый день,

Ты лучше песни напевай,

В себя инергию вливай.

И не грузи себя и всех

Жизнь продлевает громкий смех!

Смени таблетки и аптеку

На книги и библиотеку,

Не помешает интелект

Добавить в основной комплект!