

## Aby zdrowym być

Tyle rzeczy ciekawych w świecie  
Pewnie poznać je pragniecie  
By to zrobić co tu kryć  
Trzeba zdrowym zuchem być

Wirus z bakterią nieprzyjaciele  
Zamieszania robią wiele  
Gdy się zjawia będzie źle  
A więc teraz słuchaj mnie

Chrup marchewkę i jedz porzeczki  
i kapustę prosto z beczki  
serem nie gardź, mleko pij  
kąp się co dzień, zęby myj

Ścieraj kurze i wietrz mieszkanie  
Nos zakrywaj przed kichaniem  
I szczepionek też nie bój się  
One zdrowie chronią twe

Gimnastyka i każdy powie  
Ćwicz bo przecież ruch to zdrowie  
Przysiad, skłony, pompki dwie  
No i dziarsko trzymasz się

Nie mów: A teraz to poleżę  
Nie ma jak powietrze świeże  
Idź na spacer rower bierz  
Nie spij tak jak w norce jeź

Kto do serca me rady bierze  
Nie choruje, mówię szczerze  
Ja na pamięć już znam je, znam  
Więc wesoło śpiewam wam.

Słowa: Iwona Barańska  
Muzyka zapożyczona: na melodię "Siekiera motyka..."