

20
19
18
17
16
15
14
13
12
11
10
9
8
7
6
5
4
3
2
1

ЧТОБ ЗДОРОВЬЕ СОХРАНИТЬ,
ОРГАНИЗМ СВОЙ УКРЕПИТЬ,
ЗНАЕТ ВСЯ МОЯ СЕМЬЯ,
ДОЛЖЕН БЫТЬ РЕЖИМ У ДНЯ.



КУШАТЬ ОВОЩИ И ФРУКТЫ,
РЫБУ, МОЛОКОПРОДУКТЫ -
ВОТ ПОЛЕЗНАЯ ЕДА,
ВИТАМИНАМИ ПОЛНА!



НА ПРОГУЛКУ ВЫХОДИ,
СВЕЖИМ ВОЗДУХОМ ДЫШИ.
ТОЛЬКО ПОМНИ ПРИ УХОДЕ:
ОДЕВАТЬСЯ ПО ПОГОДЕ!



ЕСЛИ СПОРТОМ ЗАНИМАТЬСЯ,
ЗДОРОВЫМ БУДЕШЬ ОСТАВАТЬСЯ.
БУДЕШЬ БОДРЫМ ТЫ ВСЕГДА,
ЛОВКИМ, БЫСТРЫМ, КАК СТРЕЛА!



ЧИСТОТА — ЗАЛОГ ЗДОРОВЬЯ,
ЧИСТОТА НУЖНА ВЕЗДЕ:
ДОМА, В ШКОЛЕ, НА РАБОТЕ,
И НА СУШЕ, И В ВОДЕ.



ЯСНО КАЖДОМУ ИЗ НАС:
БЫТЬ ЗДОРОВЫМ — ЭТО КЛАСС!



$2 \times 1 = 2$
 $2 \times 2 = 4$
 $2 \times 3 = 6$
 $2 \times 4 = 8$
 $2 \times 5 = 10$
 $2 \times 6 = 12$
 $2 \times 7 = 14$
 $2 \times 8 = 16$
 $2 \times 9 = 18$

$3 \times 1 = 3$
 $3 \times 2 = 6$
 $3 \times 3 = 9$
 $3 \times 4 = 12$
 $3 \times 5 = 15$
 $3 \times 6 = 18$
 $3 \times 7 = 21$
 $3 \times 8 = 24$
 $3 \times 9 = 27$

$4 \times 1 = 4$
 $4 \times 2 = 8$
 $4 \times 3 = 12$
 $4 \times 4 = 16$
 $4 \times 5 = 20$
 $4 \times 6 = 24$
 $4 \times 7 = 28$
 $4 \times 8 = 32$
 $4 \times 9 = 36$

$5 \times 1 = 5$
 $5 \times 2 = 10$
 $5 \times 3 = 15$
 $5 \times 4 = 20$
 $5 \times 5 = 25$
 $5 \times 6 = 30$
 $5 \times 7 = 35$
 $5 \times 8 = 40$
 $5 \times 9 = 45$

$6 \times 1 = 6$
 $6 \times 2 = 12$
 $6 \times 3 = 18$
 $6 \times 4 = 24$
 $6 \times 5 = 30$
 $6 \times 6 = 36$
 $6 \times 7 = 42$
 $6 \times 8 = 48$
 $6 \times 9 = 54$

$7 \times 1 = 7$
 $7 \times 2 = 14$
 $7 \times 3 = 21$
 $7 \times 4 = 28$
 $7 \times 5 = 35$
 $7 \times 6 = 42$
 $7 \times 7 = 49$
 $7 \times 8 = 56$
 $7 \times 9 = 63$

$8 \times 1 = 8$
 $8 \times 2 = 16$
 $8 \times 3 = 24$
 $8 \times 4 = 32$
 $8 \times 5 = 40$
 $8 \times 6 = 48$
 $8 \times 7 = 56$
 $8 \times 8 = 64$
 $8 \times 9 = 72$

$9 \times 1 = 9$
 $9 \times 2 = 18$
 $9 \times 3 = 27$
 $9 \times 4 = 36$
 $9 \times 5 = 45$
 $9 \times 6 = 54$
 $9 \times 7 = 63$
 $9 \times 8 = 72$
 $9 \times 9 = 81$



МИНИСТЕРСТВО
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

УЗ «МОГИЛЕВСКИЙ ЗОНАЛЬНЫЙ
ЦЕНТР ГИГИЕНЫ И
ЭПИДЕМИОЛОГИИ»

Отдел общественного здоровья

Тел. 8 022 28 36 04

zdorov-mogilev@tut.by

Могилев 2016 тираж 400 экземпляров