

# 7.4. - Svjetski dan zdravlja



Zdravlje je jako bitno, a posljednjih je dana baš ono u središtu pozornosti cijeloga svijeta. Pazimo na vlastito zdravlje, zdravlje svoje obitelji i drugih oko nas.

U nastavku možeš pročitati nekoliko mudrih izreka o zdravlju. Razmisli o svakoj od njih i o tome slažeš li se s onim što piše.

Zdrav čovjek, ujedno je i bogat,  
iako toga nije svjestan.  
*Talijanska poslovice*

Tko misli da nema vremena za vježbe,  
prije ili kasnije će imati vremena za bolest.  
*Edward Stanley*

Vodite računa o svom tijelu.  
To je jedino mjesto gdje možete živjeti.  
*Jim Rohn*

Bolje spriječiti  
nego liječiti.  
*Thomas Fuller*

Onaj tko izliječi bolest je vješt liječnik,  
ali onaj tko je spriječi je najbolji.

Kad je zdrav, čovjek ima tisuću želja,  
a kad je bolestan samo jednu -  
da što prije ozdravi.  
*Narodna poslovice*

Mnogi ljudi izgubi zdravlje da bi stekli bogatstvo,  
a zatim izgube bogatstvo da bi vratili zdravlje.

*A.J. Materi*

Zdravlje je najveće bogatstvo.

*Vergilije*

Zdravlje nije sve,  
ali bez zdravlja,  
sve je ništa.

*Schopenhauer*

Čistoća je pola zdravlja.

**Nadam se da si neke od ovih izreka već čuo/čula. Pokušaj sada osmisliti sam/sama jednu mudru izreku o zdravlju.**

**Za kraj pročitaj pjesmu Natali Šarić *Zdrava gozba*.**

## ZDRAVA GOZBA

U ponedjeljak u podne,  
u drvenoj zdjeli,  
ananas i mandarina  
slučajno se sreli.

U utorak kod njih stigle  
grejp i žuta kruška.  
Da su ludo zaljubljeni,  
odavno se šuška.

Kad je srijeda osvanula  
stigao i kivi.  
Nije prošla ni sekunda,  
namignuo šljivi.

U četvrtak trešnja stala  
limunu na koru,  
al' se limun odljutio  
već pred samu zoru.

U petak je zrele trešnju  
zaprosio nar.  
Skrasiti se poželio  
dok ne bude star.

Al' u subotu, pred jutro,  
jagoda kad dođe,  
pred njom će se, sa štovanjem,  
pokloniti grožđe.

A kad djeca u nedjelju  
za stol budu sjela,  
bit će to za mališane  
zdravlja puna zdjela!

Pa nek rastu, neka im se  
obrazi rumene!  
Za to zdravlje zauvijek su  
voćke zadužene.