

PASAULES UZTURA DIENA

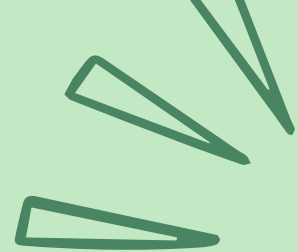
16.OKTOBRIS



Slimību profilakses un
kontroles centrs

www.spkc.gov.lv

1

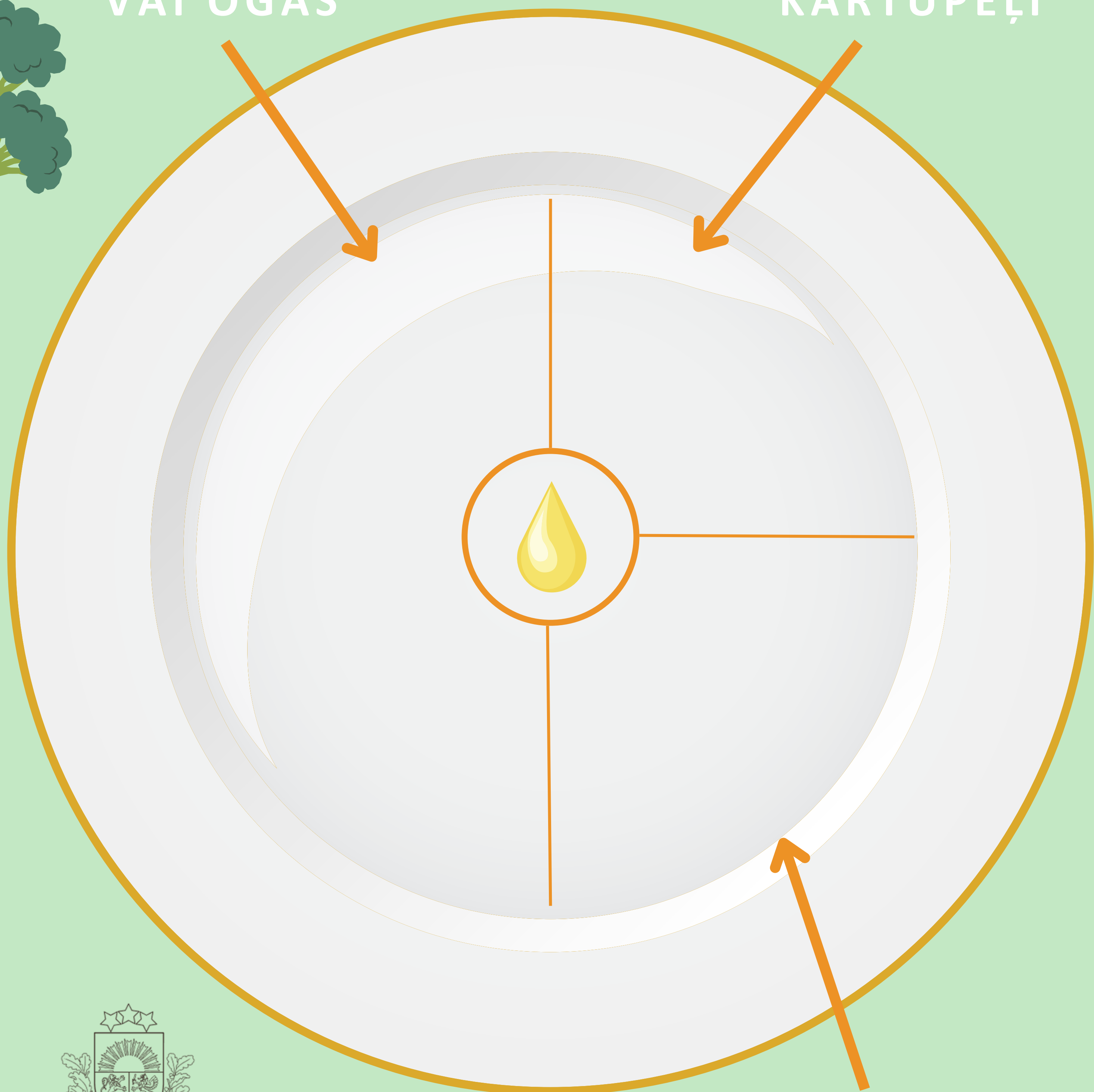


UZZĪMĒ SASTĀVDAĻAS VESELĪGAJĀ ŠĶĪVĪ!



DĀRZENĪ, AUGĻI
VAI OGAS

GRAUDAUGI UN
KARTUPEĻI



Slimību profilakses un
kontroles centrs

GAĻA, ZIVIS, PIENA PRODUKTI,
OLAS, PĀKŠAUGI

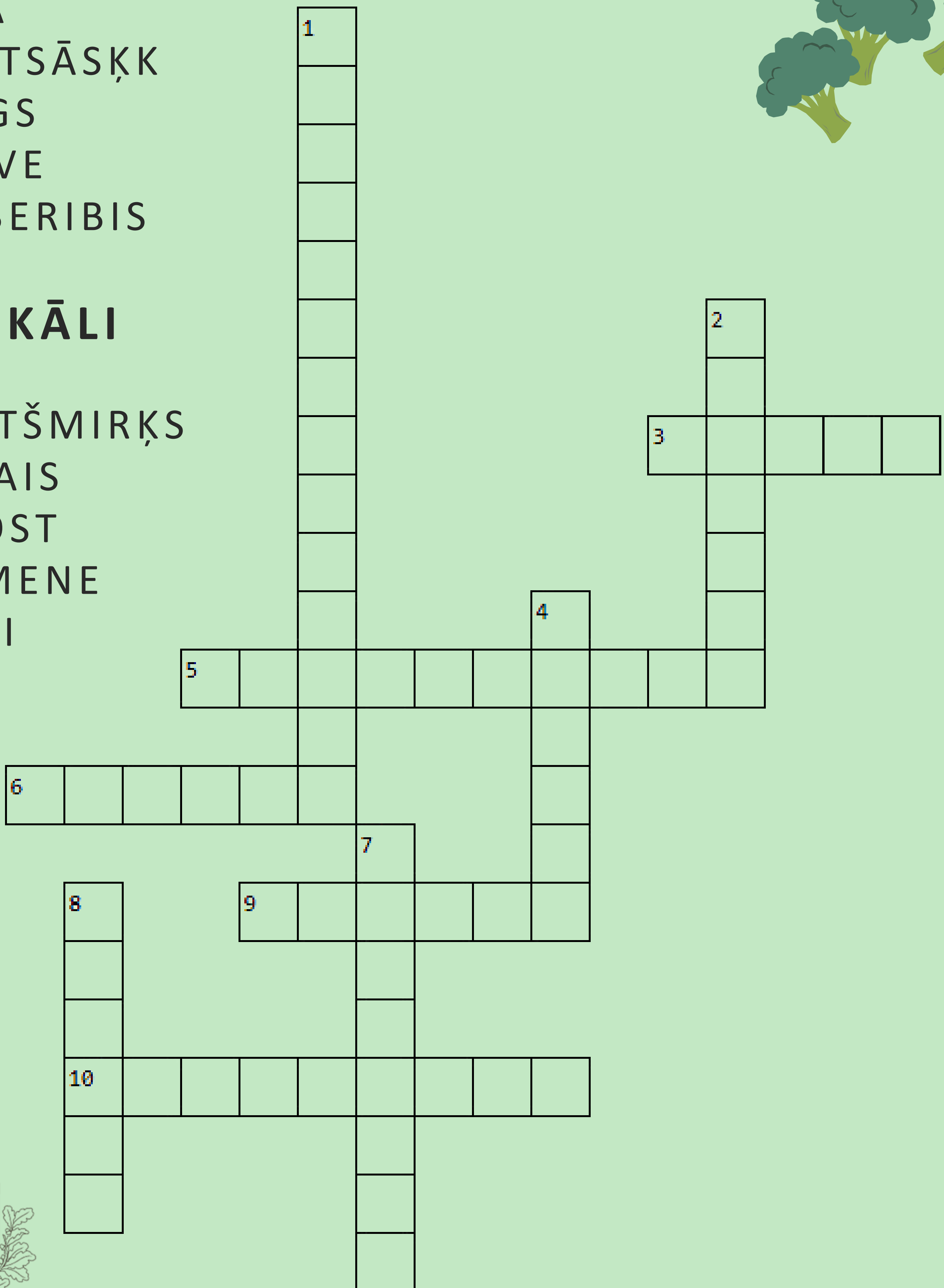
ATMINI ANAGRAMMU UN
IEVIETO AUGĻA, DĀRZEŅA
VAI OGAS NOSAUKUMU
KRUSTVĀRDU MĪKLĀ!

HORIZONTALĀLI

- 3. LIBOĀ
- 5. POPUTSĀSĶK
- 6. ĶURIGS
- 9. SANEVE
- 10. UMBERIBIS

VERTIKĀLI

- 1. LIKĒSTŠMIRĶS
- 2. KCABAIS
- 4. MĀTOST
- 7. LESLMENE
- 8. ĶISRBI



KĀPĒC NEPIECIEŠAMS DZERT ŪDENI? SAVIENO APGALVOJUMU AR ATTĒLU!



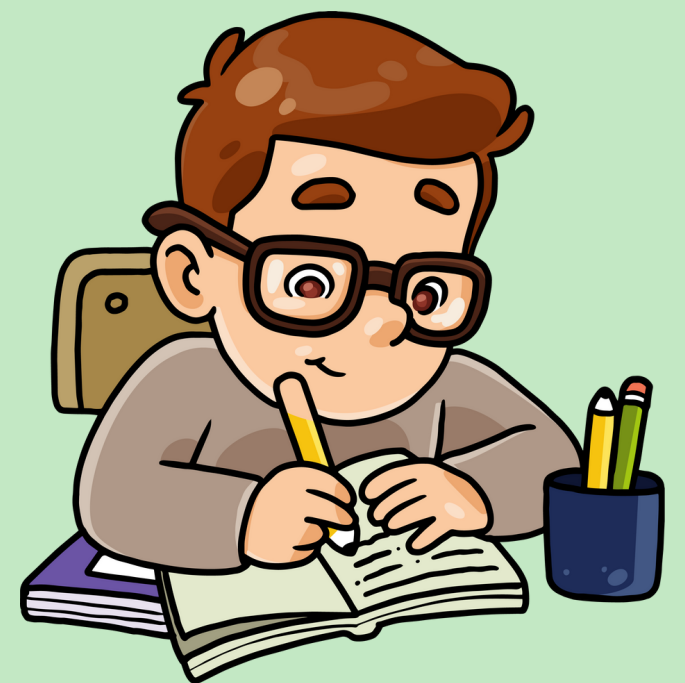
- palīdz labāk domāt un mācīties



- samazina nogurumu



- regulē ķermeņa temperatūru

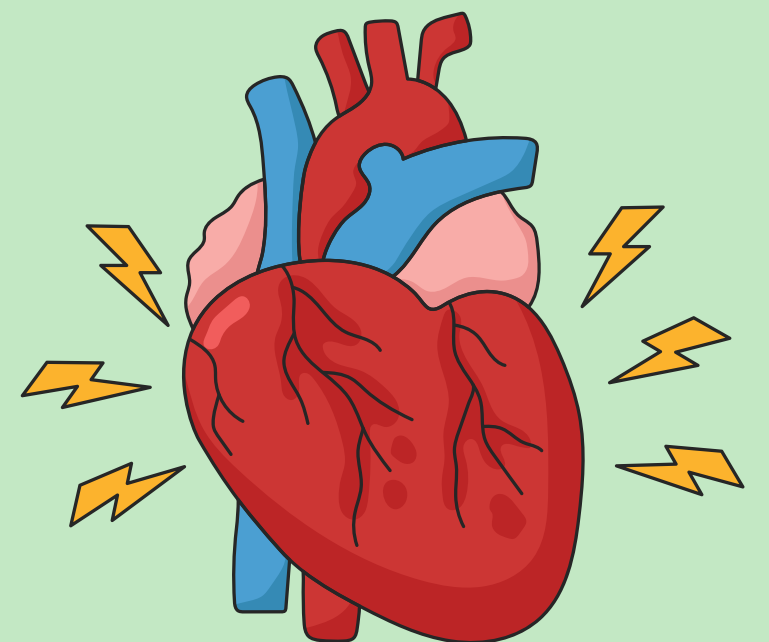


- uzlabo asins cirkulāciju

- "ieeļļo" un aizsargā locītavas

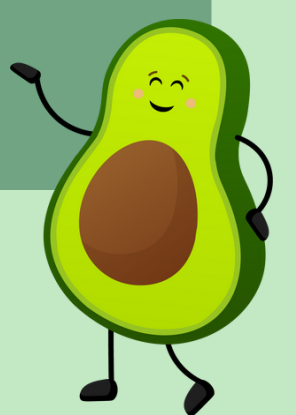


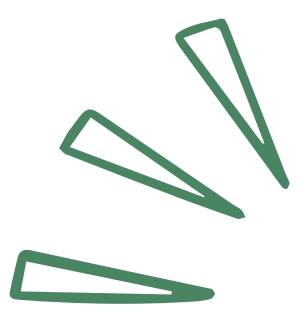
- mitrina ādu



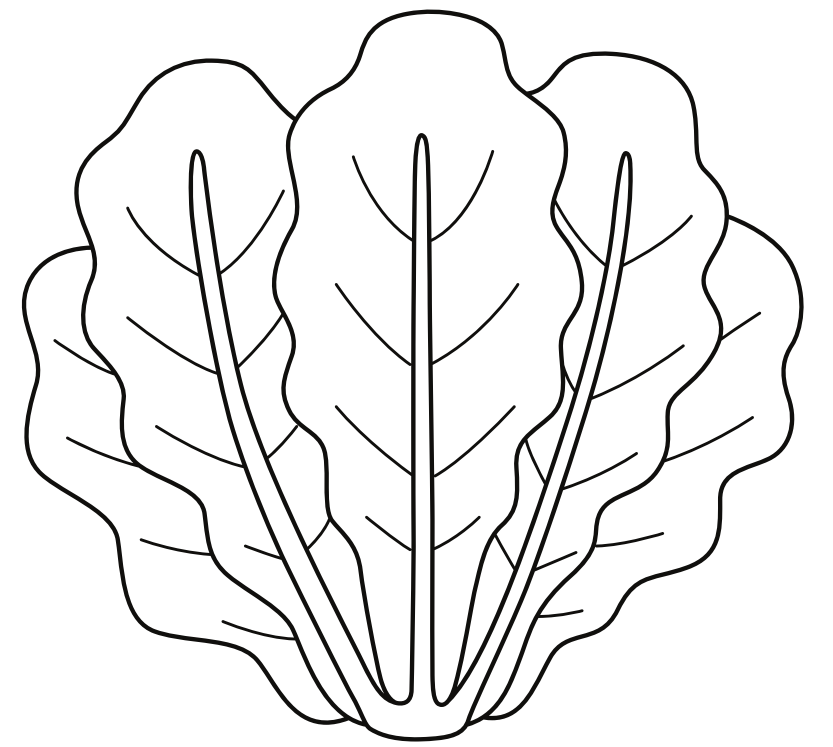
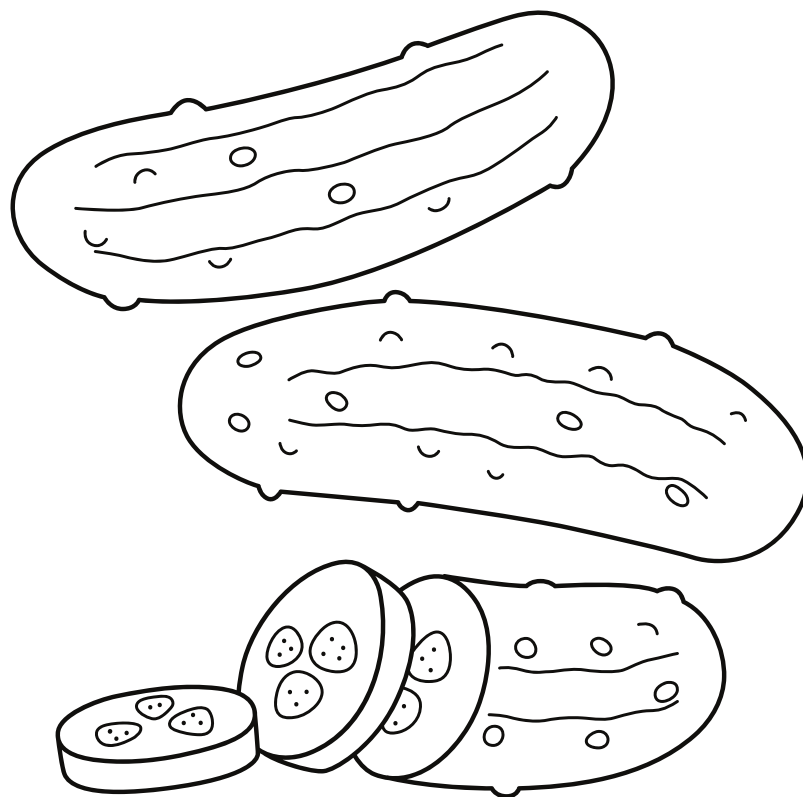
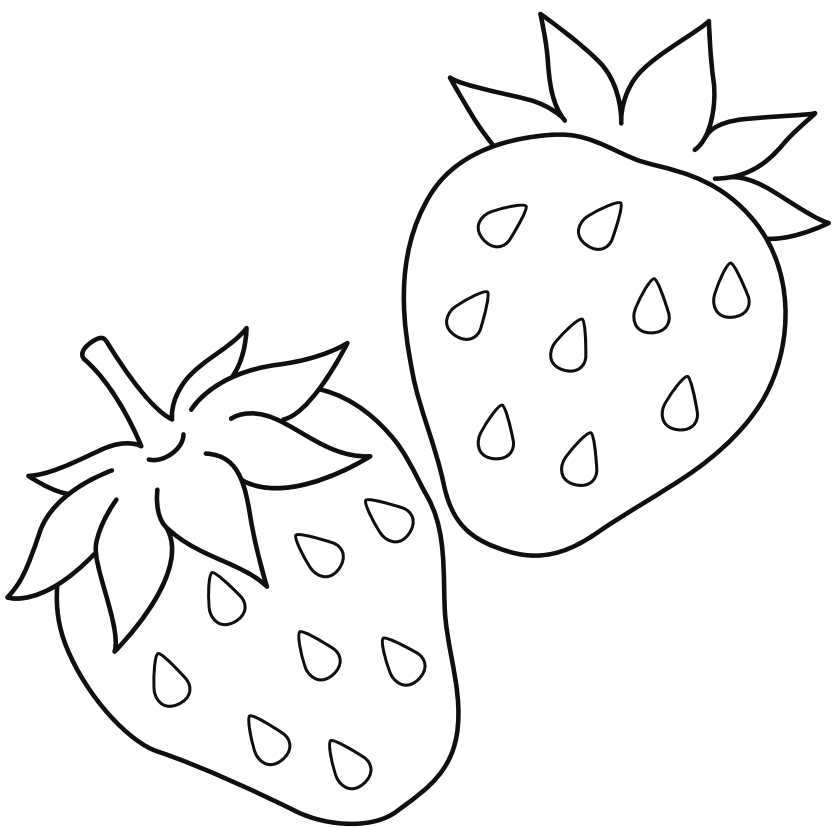
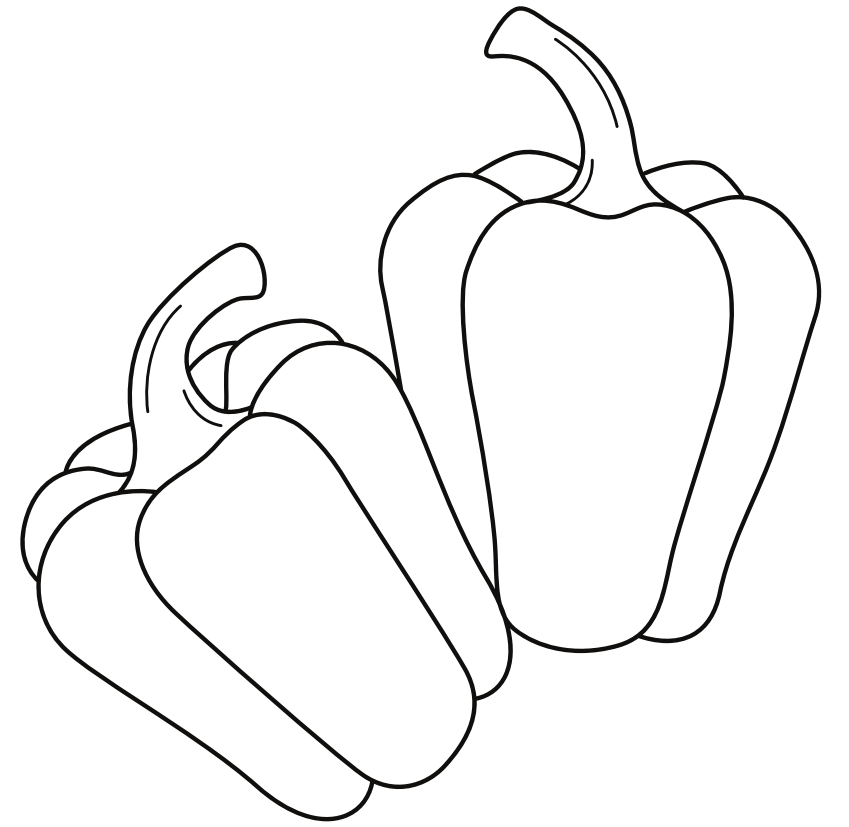
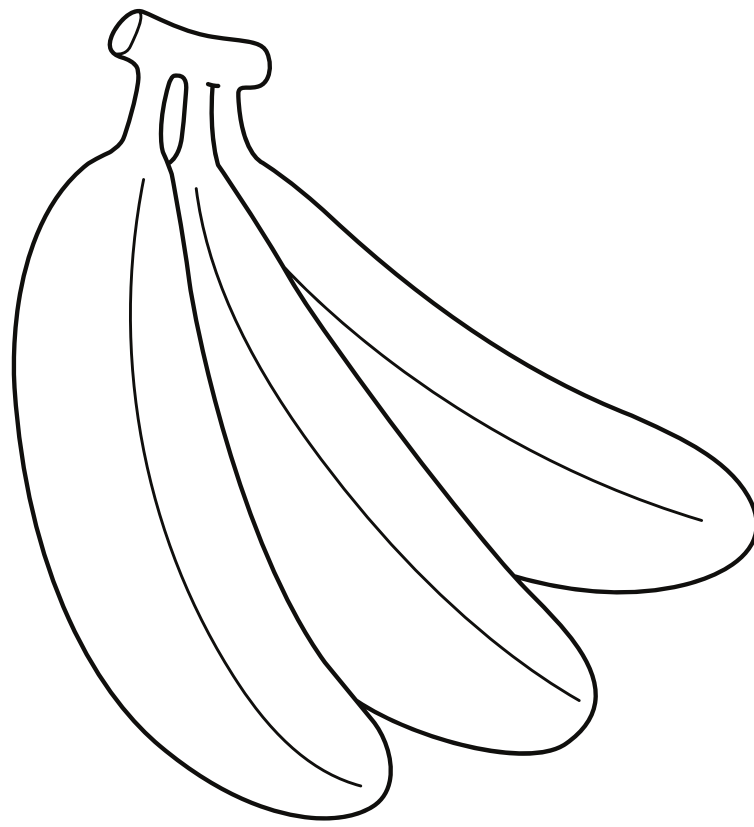
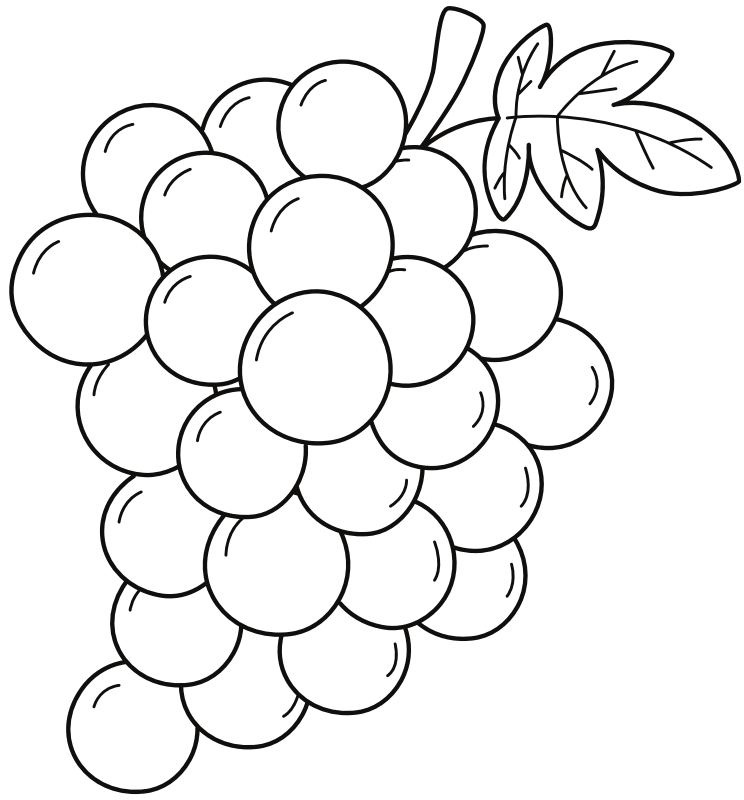
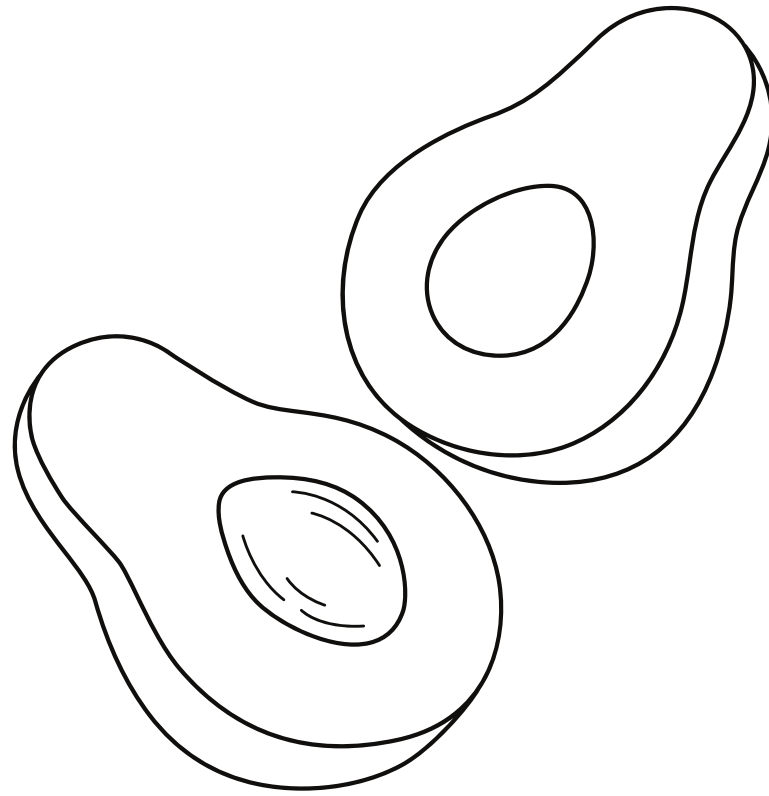
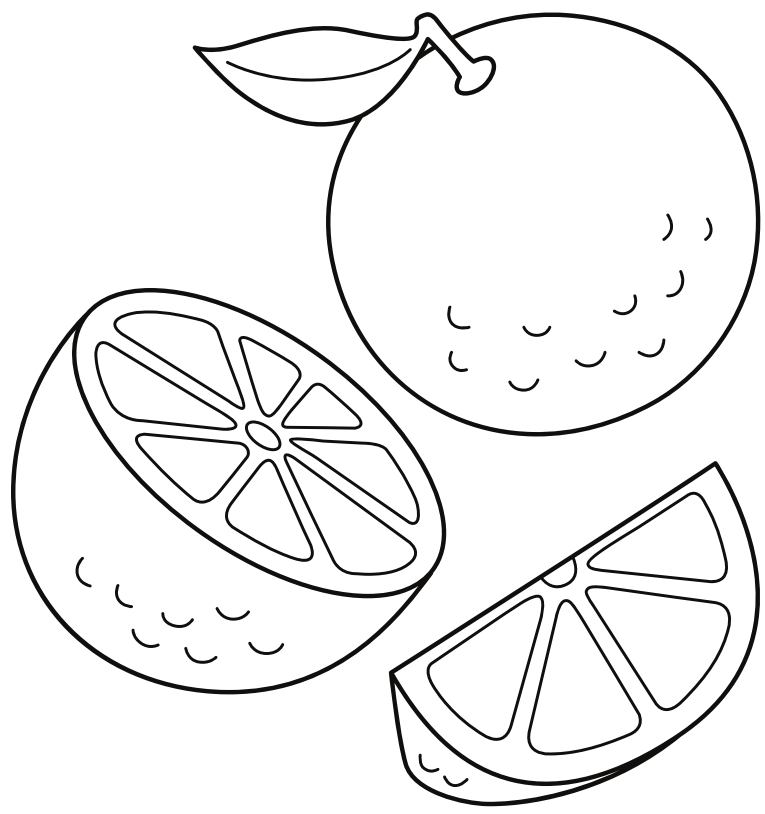
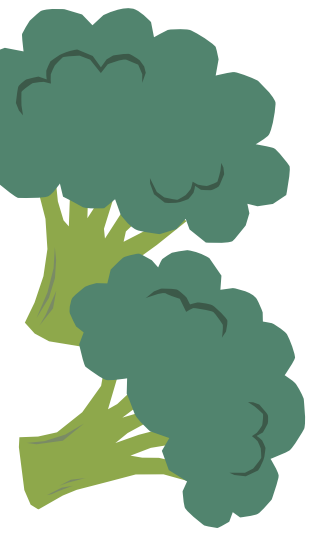
Slimību profilakses un
kontroles centrs

**ATCERIES!
DIENĀ IR JĀIZDZER VISMĀZ 6
ŪDENS GLĀZES!**

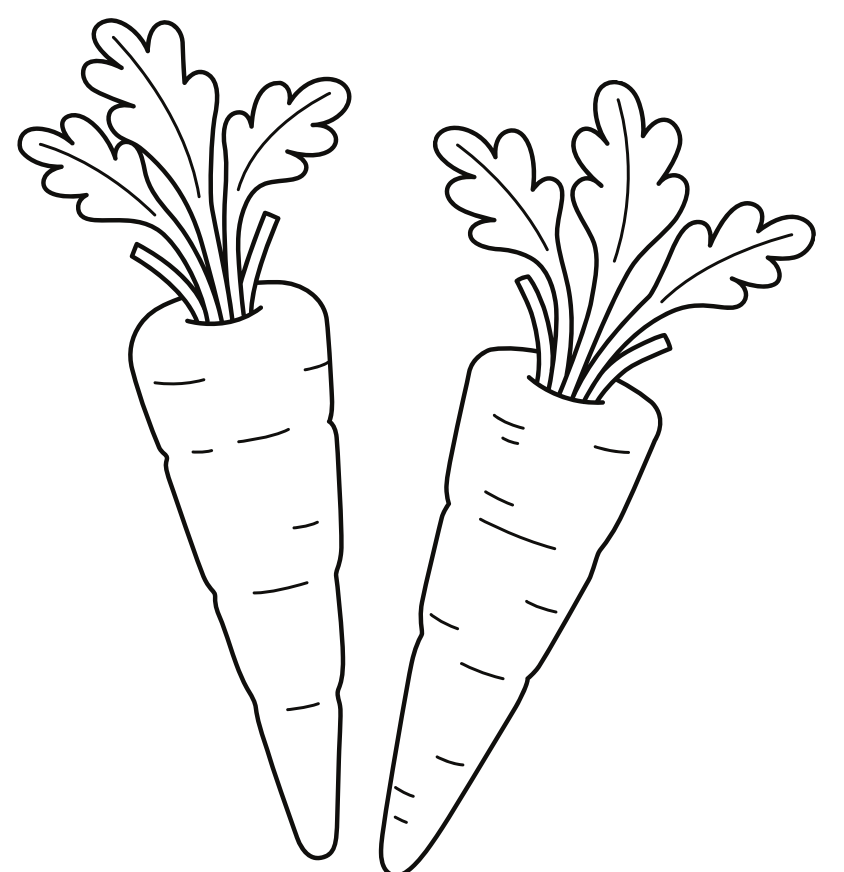
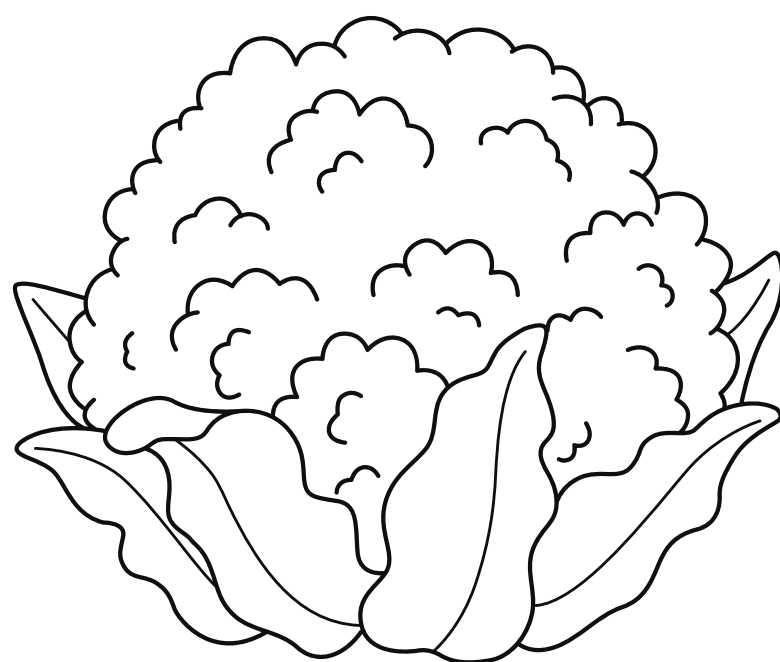


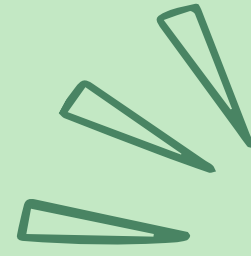


IZKRĀSO AUGĻUS, DĀRZENĒS UN OGAS!



Slimību profilakses un
kontroles centrs





ATBILDES!

1

PĀRBAUDI SAVU ZĪMĒJUMU ŠEIT!

HORIZONTĀLI

3. ĀBOLS
5. PUŅĶĀPOSTS
6. GURŅIS
9. AVENES
10. BUMBIERIS

VERTIKĀLI

1. SMILTSĒRKŠĶI
2. KABACIS
4. TOMĀTS
7. MELLENES
8. ŅIRBIS

3

- mitrina ādu



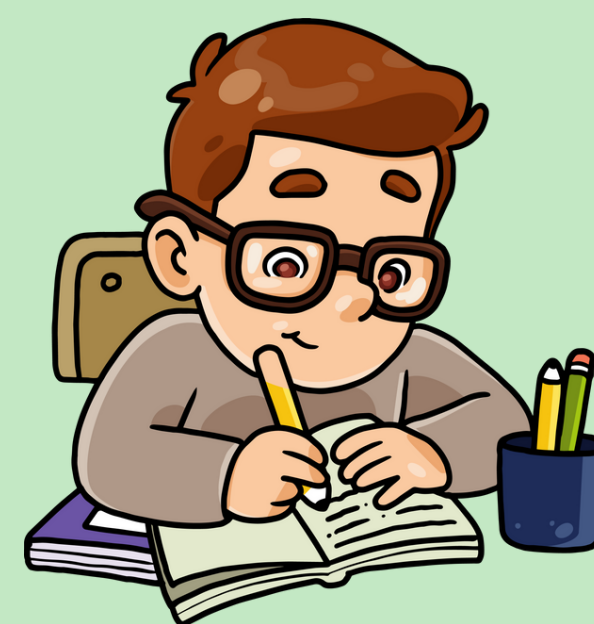
- samazina nogurumu



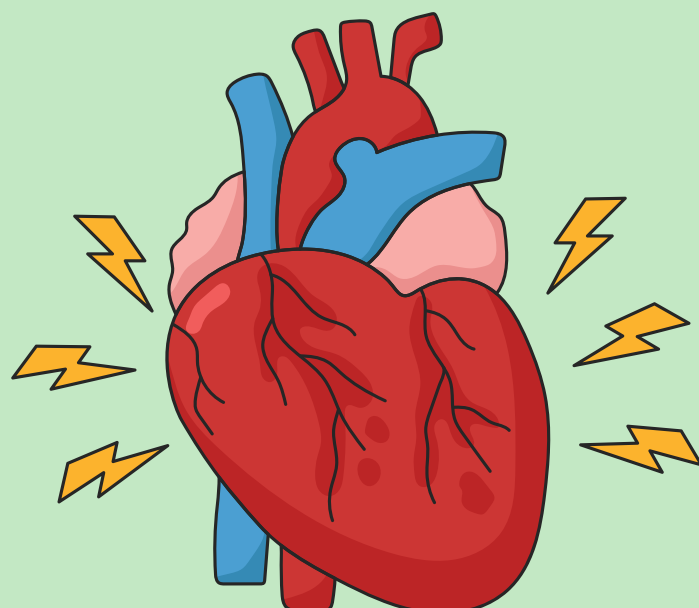
- "ieeļļo" un aizsargā locītavas



- palīdz labāk domāt un mācīties



- uzlabo asins cirkulāciju



- regulē ķermeņa temperatūru

