



**الف ب پ
ت ث ج چ
ح خ د ذ ر**

تصویرگر: علیرضا پاکدل

بچه‌ها، سلامت باشید!

بعد از نام و یاد خدای مهربان، سلام به همه‌ی شما دوستان بهتر از جان! امیدواریم حال و احوالتان خوب و خوش باشد و توانسته باشید مثل همیشه در درس و زندگی موفق و سر بلند باشید.

پاییز با همه‌ی زیبایی‌های رنگارنگ خود از راه رسیده است. بچه‌های عزیز، این روزها که هوا رو به سردی می‌رود، باید بیش از قبل به فکر سلامتی خود و دیگران باشید. می‌رسید چه طوری؟ خیلی ساده است. اگر بازیگوشی را کمی کنار بگذارید و به حرف بزرگ‌تره‌ایتان درباره‌ی نکات پیش‌گیری از سرماخوردگی گوش کنید و کلاه و ژاکت خود را فراموش نکنید، دیگر دچار بیماری و دردهای مختلف نمی‌شوید.

یادتان باشد اگر خدای نکرده بیمار شدید، به مدرسه نروید تا هم کلاسی‌هایتان بیمار نشوند و برای اینکه زودتر خوب شوید، در کنار مصرف داروهای دکتر، استراحت، خوردن سوپ گرم و نوشیدن مایعات گرم را فراموش نکنید. اگر هم مجبور شدید ساعتی را بیرون از خانه بگذرانید، حتما ماسک بزنید.

فصل پاییز می‌تواند با رعایت نکات ایمنی سلامتی، برای همه‌مان خیلی زیباتر باشد!

