



VAIKŲ DRAUGĖ SAULUTĖ

Leidiny finansuotas

Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerijos lėšomis



LIETUVOS RESPUBLIKOS
SVEIKATOS APSAUGOS MINISTERIJA



VILNIAUS VISUOMENĖS
SVEIKATOS BIURAS

Leidinių išleido

Vilniaus m. savivaldybės visuomenės sveikatos biuras

Adresas: Antakalnio g. 17, LT-10312 Vilnius, Lietuva

Tel. (8 5) 271 1244, faks. (8 5) 271 1244

info@vvsb.lt • www.vvsb.lt

Leidinio tekstą kūrė VšĮ Kalbos ir komunikacijos centras

Mieļoji saulute, dēkingi mes esam,
Už šiluma, šviesā ir šypsena tavo!
Kai nardo danguj spindulēliai gelsvi,
Lauke mes džiaugsmingai būnam visi!

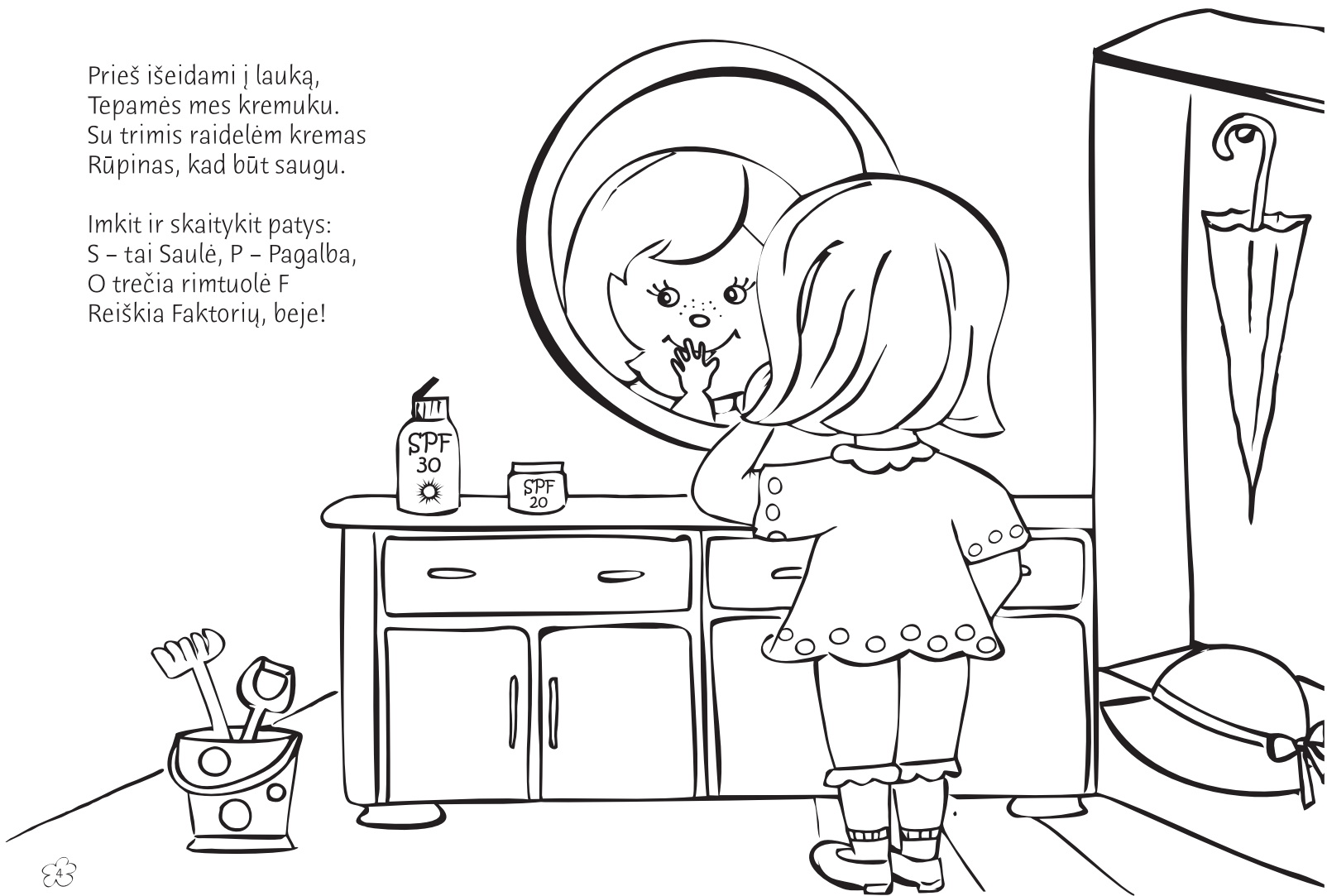
Žinom puikiai –
aš ir tu,
Kad saulutē –
tai puiku!

Bet ir vasarā,
ir ziema,
Privalu būt
apdairiems.



Prieš išeidami į lauką,
Tepamės mes kremuku.
Su trimis raidelėm kremas
Rūpinas, kad būt saugu.

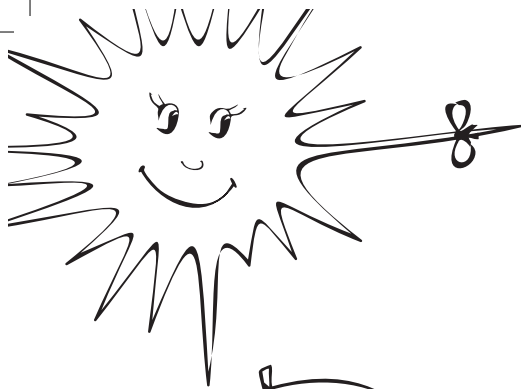
Imkit ir skaitykit patys:
S – tai Saulė, P – Pagalba,
O trečia rimtuolė F
Reiškia Faktorių, beje!





Štai ir turim – **SPF** !
Čia greta skaičiukas būna.
Kuo didesnis skaičius tas,
Tuo stipresnė apsauga.

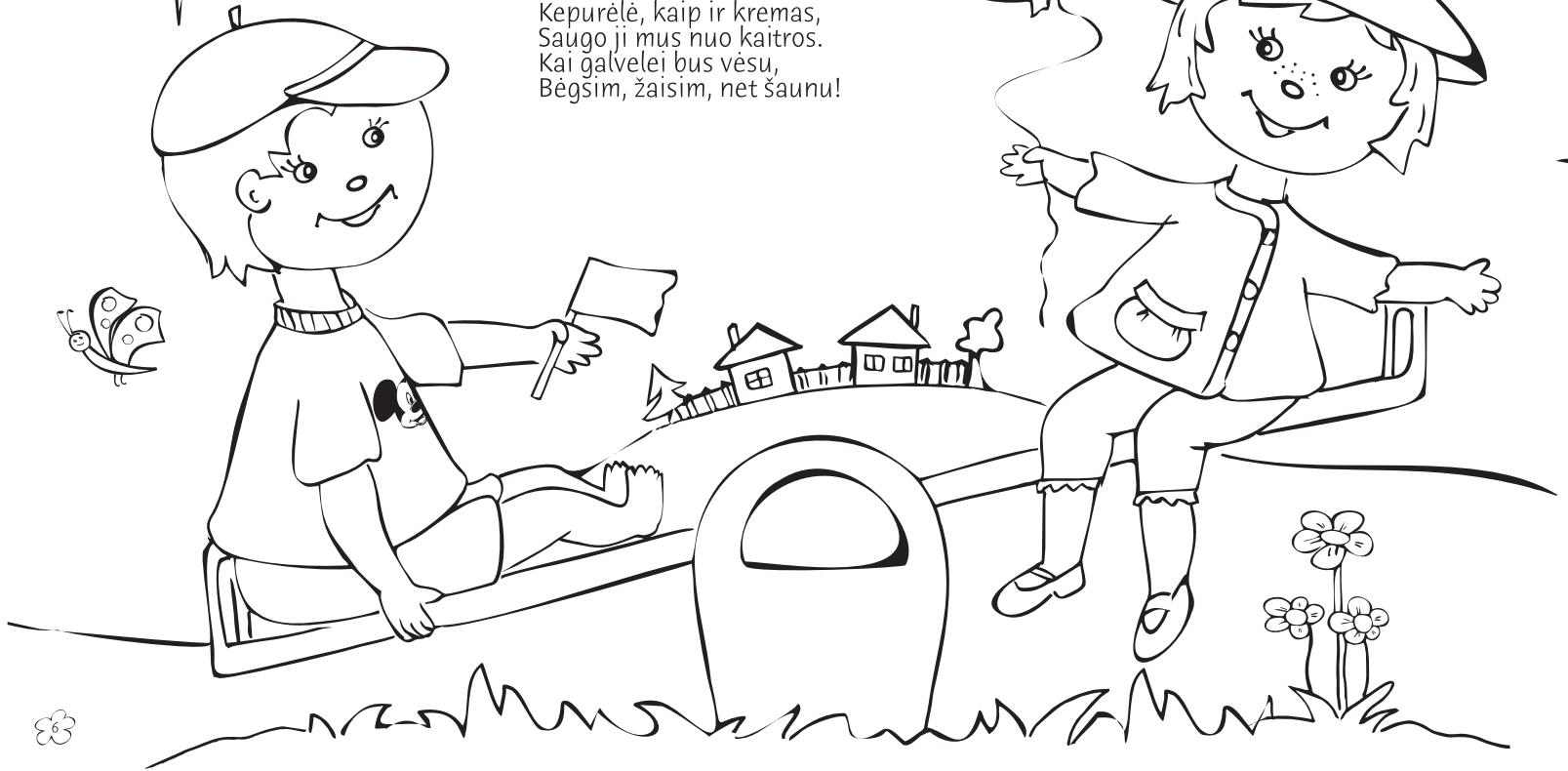
Pasitepę kremuku,
Bėgam drąsiai žaist į lauką.
Ir kas porą valandėlių
Tepam vėl, nes tai svarbu!

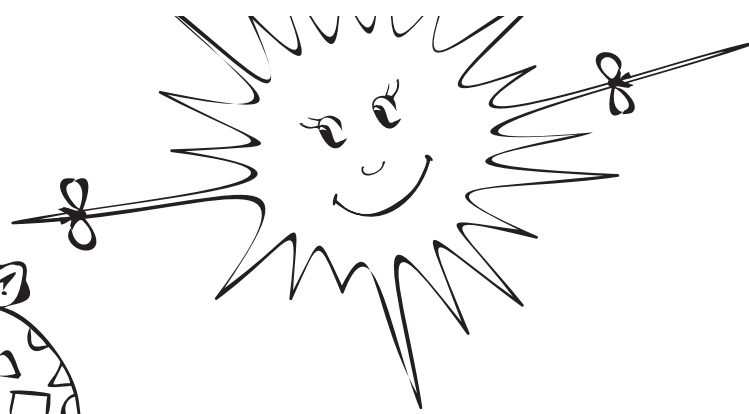


Štai bėgte jau pro duris,
Stapt – užkliūna mums akis:
Kepurėlė mėgstamiausia
Juk negali likt namie!

Sportinė su snapeliu,
Plačiakraštė skrybėlė,
Gal skarelė su drugiu –
Viskas tinka saulėtu metu!

Kepurėlė, kaip ir kremas,
Saugo ji mus nuo kaitros.
Kai galvelei bus vėsu,
Bėgsim, žaisim, net šaunu!





„Ačiū“, – tars akytės mūsų,
Kai pagalvosit apie jas.
Ir saulėtą, šviesią dieną
Akinėliai joms pravers.

Tamsūs saulės akiniai
Reikalingi mums tikrai.
Ne tik vasarą prie jūros,
Bet ir žiemą, sniegui gulus.

Saulės spinduliuos skaisčius
Sniegas spindi kaip sapnuos.
Akinukai akis saugo,
O rogutės pusnis gaudo!

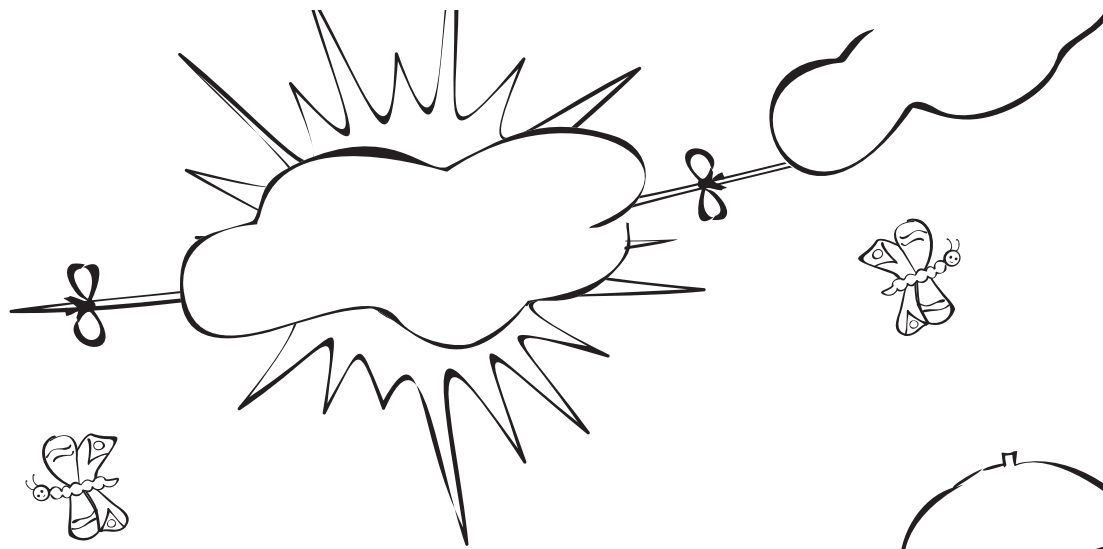


Įdienes gražiai dieni,
Saulė kepina kaitriai.
Todėl ja džiaugtis malonu
Ryte iki pietų ir vakaro metu.

Prie jūros turim saulės skėtį.
Sodely pas močiutę ir senelį
Mes ieškom vietos sau jaukios,
Kurį pavėsis gaubia nuolatos.

O dideliame mieste, jei esam,
Tai dailūs parkai gaivą teikia.
Vaikų aikštelių čia gausu,
Kur suptis ir kvatot smagu.





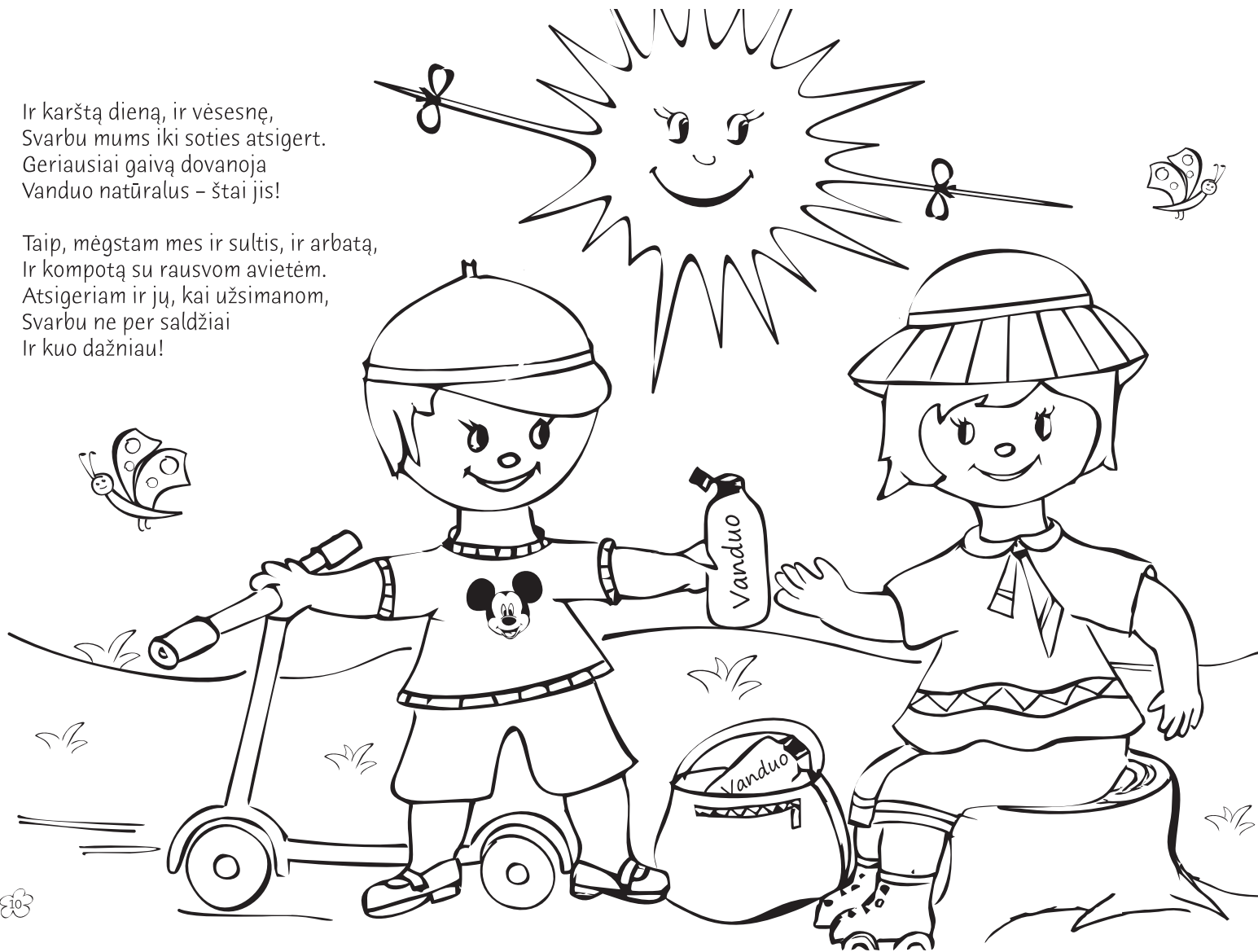
Net ir tada, kai saulės nesimato,
Ir, regis, tuoj atslinks lietus,
Saulutė pro dangaus krašteli
Pasiekia Žemę ir vaikus.

Todėl net ir niūresnę dieną
Kremuko saulės nepamirštam.
Kepurė, akiniai, pavėsis –
Taip pat geriausiai mums pritik.

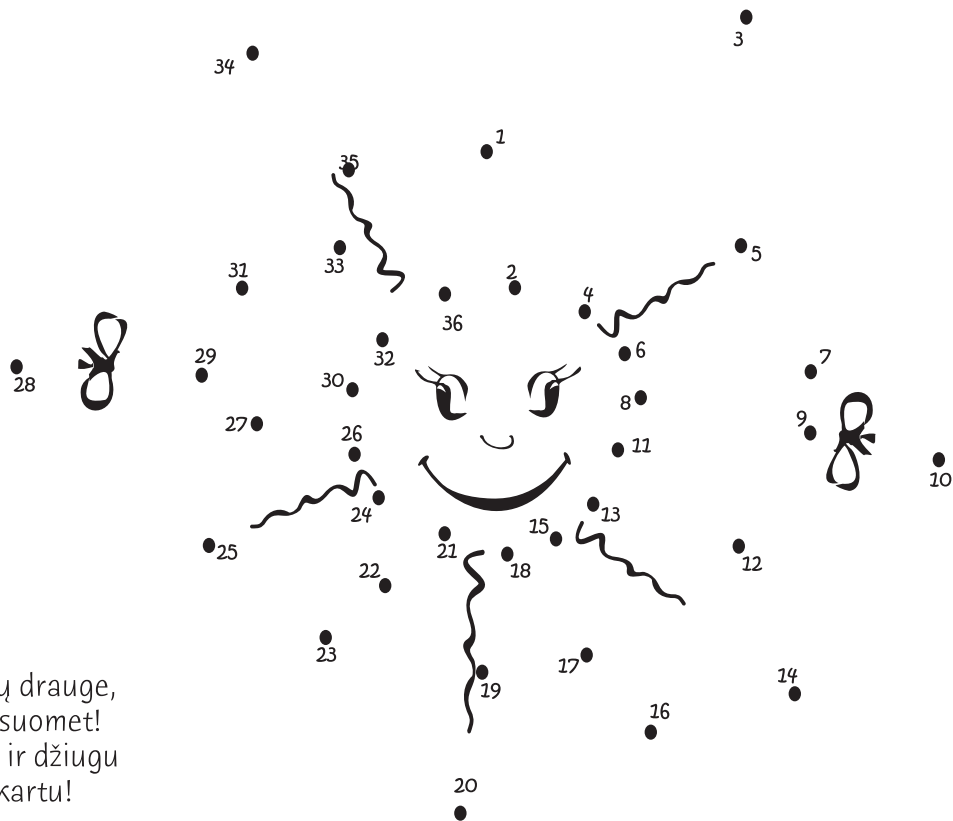


Ir karštą dieną, ir vėsesnę,
Svarbu mums iki soties atsigert.
Geriausiai gaivą dovanoja
Vanduo natūralus – štai jis!

Taip, mėgstam mes ir sultis, ir arbatą,
Ir kompotą su rausvom avietėm.
Atsigeriam ir jų, kai užsimanom,
Svarbu ne per saldžiai
Ir kuo dažniau!



Švinkite taškus ir pamatykite, kas yra vaikų draugė!



Saulute, brangi mūsų drauge,
Šypsokis skaisčiai visuomet!
Mums linksma, gera ir džiugu
Dainuoti, šokti, būt kartu!

