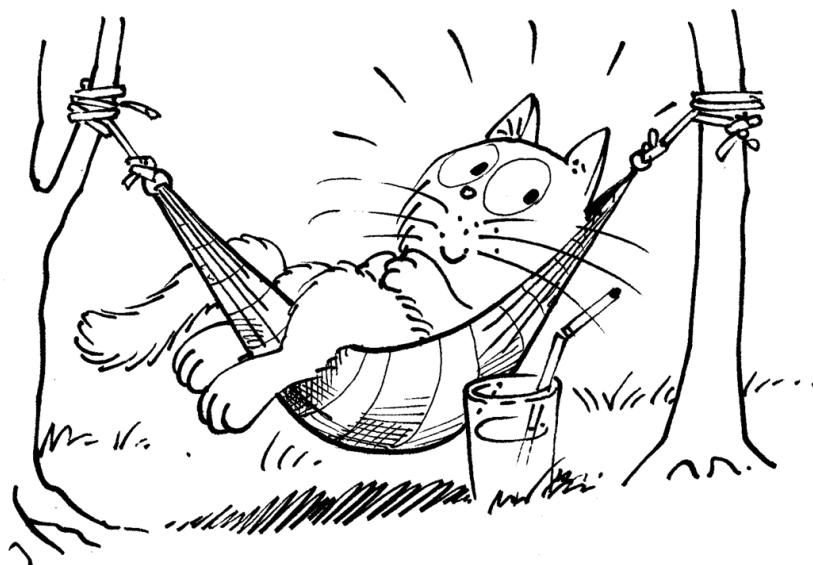


V lanskem šolskem letu smo z mačkom Oskarjem spoznavali zdravilne rastline. Oskar pa nas bo spremljal tudi letos.

V prilogi najdeš knjižico. Z vsako novo številko Mladega roda boš izvedel ime nove možnosti, kako se sprostiti.

Shrani torej knjižico in ob koncu šolskega leta boš imel polno zbirko zamisli.



Oskar se sprehaja

Celo poletje je Oskar namenil veliko časa sebi – počival je na soncu ter opazoval rastline in živali. Skrbel je za svoje zdravje in se vsak dan odpravil na sprehod. Med sprehajanjem je treniral skorajda vse svoje mišice. Poleg tega je redno sprehajanje odlično sredstvo proti možganskim boleznim, saj vsak korak zahteva od možganov veliko aktivnosti.

Usklajeno delovanje več sto mišic pri vsakem koraku, ravnotežje in vtise iz okolice, ki jih zaznavajo čutila – vse to morajo predelati možgani pri vsakem koraku. To je zahtevno, zato rej treniraj možgane.

