Wiosenne słoneczko

Już na ławki wylegają,
Blade twarze opalają,
Ludzie zdrowi oraz chorzy,
Matki z dziećmi i seniorzy.

Dobrodziejstwa słońca znamy,
Więc się chętnie opalamy.
Każdy ciepły promień sprawia,
Że się nastrój nam poprawia.

Słońce wzmacnia nasze kości,
Służy także odporności.
Tworzy witaminę D-e,
W żyłach szybciej krąży krew.

Wielu z nas o lecie marzy,
By wygrzewać się na plaży.
Lecz kąpiele słoneczne
Powinny być bezpieczne:
Nie siedź w słońcu godzinami
I stosuj kremy z filtrami.