

Podkreśl zdania opisujące Twój zdrowy styl życia.

1. Myję ręce przed posiłkiem.
2. Spędzam dużo czasu przed komputerem.
3. Kładę się spać o godz. 23.00.
4. Po każdym posiłku myję zęby.
5. Nie wietrzę swojego pokoju .
6. Codziennie rano ćwiczę przy otwartym oknie.
7. Śpię przeważnie 9 godzin.
8. Jem dużo słodczy bo są dobre.
9. Piję wodę zamiast słodkich napojów.
10. Słucham głośnej muzyki.
11. Jem dużo owoców i warzyw bo są źródłem witamin.
12. Dbam o higienę swojego ciała.
13. Używam jednorazowych chusteczek do nosa.
14. Dbam o porządek i czystość w moim pokoju.