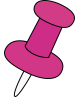




1.SINIF HAYAT BİLGİSİ

SAĞLIKLI HAYAT NE GÜZEL - 2

AD - SOYAD:



Aşağıdaki davranışlar sağlığımız için doğru ise gülen yüzü, yanlış ise üzgün yüzü boyyalım.



Sabahları kahvaltı yapmak



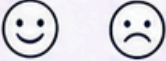
Gece geç saatlere kadar televizyon izlemek



Dişlerimizi düzenli fırçalamak



Sebze ve meyve yemek



Abur cubur ve fazla şeker yiyecekler tüketmek



Ellerimizi sık sık yıkamak



Bol su içmek



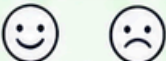
Uzun süre bilgisayar/tablet kullanmak



Banyo yapmak ve temiz olmak



Düzenli ve yeterli uyumak



Saç ve tırnak temizliğine dikkat etmek



Açıktaki satılan yiyecekleri yemek



Dışarıda çok uzun süre güneş altında kalmak



Diş fırçalamayı unutarak uyumak



Kişisel eşyalarımızı temiz kullanmak

