



Ad – Soyad:

Tarih:



Pusu: Her satırda tek bir kutu işaretle.

1 Hangi davranış sağlığımızı korur? Her satırda bir kutu işaretle.

	uygun	uygun deđil
Her gece aynı saatlerde uyurum.	☐	☐
Gece geđ saatlere kadar ekrana bakarım.	☐	☐
Meyve ve sebzeđi sofrada eksik etmem.	☐	☐
Yaz sıcağında kalın kazak giyerim.	☐	☐
Ortak kullanılan lavaboyu temiz bırakırım.	☐	☐
Dişlerimi yalnız haftada bir fırçalarım.	☐	☐

2 Sağlığın için bu hafta değiştirmek istediğin bir alışkanlığı yaz.
