



Режим дня здорового человека.

Голиков Дмитрий

5В класс

Спать 8-9 часов в сутки. В хорошо проветренном и чистом помещении



Чистить зубы 2 раза в день



Правильно, полноценно и регулярно
ПИТАТЬСЯ.



Как можно больше времени проводить на свежем воздухе



Спасибо за внимание!



Чистота – залог здоровья! Порядок прежде всего!

