

SAęLIęIMI KORUYORUM

Saęlıklı olmak, mutlu ve başarılı bir yaşam sürmemizi saęlar. Saęlıęımızı korumak için bazı kurallara dikkat etmeliyiz.



- Dengeli ve saęlıklı beslenirim.



- Bol su içerim.



- Yeterli ve düzenli uyurum.



- Düzenli spor yaparım.



- Kişisel temizliğime dikkat ederim.



- Mevsime uygun giyinirim.



- Düzenli olarak doktora giderim.



♥ Sağlıklı olmak, mutlu ve başarılı bir yaşam sürmemizi sağlar. Sağlığımızı korumak için bazı kurallara dikkat etmeliyiz. ♥



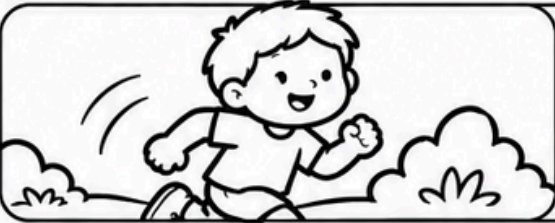
• Dengeli ve sağlıklı beslenirim.



• Bol su içerim.



• Yeterli ve düzenli uyurum.



• Düzenli spor yaparım.



• Kişisel temizliğime dikkat ederim.



• Mevsime uygun giyinirim.



• Düzenli olarak doktora giderim.

SAĞLIĞIMI KORUYORUM



Dengeli ve sağlıklı beslenirim.



Bol su içerim.



Yeterli ve düzenli uyurum.



Düzenli spor yaparım.



Kişisel temizliğime dikkat ederim.



Mevsime uygun giyinirim.



Düzenli olarak doktora giderim.

SAĞLIĞIMI KORUYORUM



Dengeli ve sağlıklı beslenirim.



Bol su içerim.



Yeterli ve düzenli uyurum.



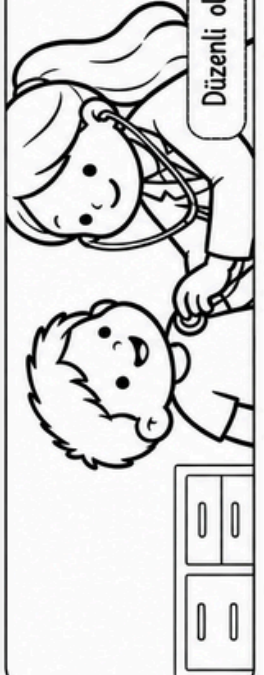
Düzenli spor yaparım.



Kişisel temizliğime dikkat ederim.



Mevsime uygun giyinirim.



Düzenli olarak doktora giderim.

SAĞLIĞIMI KORUYORUM



Dengeli ve sağlıklı beslenirim.



Bol su içerim.



Yeterli ve düzenli uyurum.



Düzenli spor yaparım.



Kişisel temizliğime dikkat ederim.



Mevsime uygun giyinirim.



Düzenli olarak doktora giderim.