

Hayat Bilgisi

Defter Notları

1. Dönem • 8. Hafta • Not 8

• Not 8 • Alışkanlıklarımız ve Sağlığımız

MEB ders kitaplarıyla uyumlu • Dik temel harflerle • Yazım süresi ≈ 10 dk

Alışkanlıklarımız ve Sağlığımız

1. İyi alışkanlıklar sağlığımızı korur.
2. Çok tatlı ve paketli yiyecekler sağlığımıza zarar verir.
3. Ekran başında uzun süre kalmak gözlerimizi yorar.

Alışkanlıklarımız ve Sağlığımız

02.11.2026

1. İyi alışkanlıklar sağlığımızı korur.
 2. Çok tatlı ve paketli yiyecekler sağlığımıza zarar verir.
 3. Ekran başında uzun süre kalmak gözlerimizi yorar.
- Meyve, sebze, süt ve su sağlıklı büyümemizi sağlar.

Ben de yazarım:

Bırakmam gereken bir alışkanlık: