



Zararlı Alışkanlıklardan Uzak Durmanın Faydaları

İLKOKUL-ÖĞRENCİ

**Daha sağlıklı oluruz.
Hastalıklarla daha
kolay mücadele
edebiliriz.**



**Sevdiklerimiz sağlıklı
olduğumuz için daha çok
mutlu olur. Onlara
örnek olmuş oluruz.**



**Sevdiklerimizin de
sağlığını korumuş
oluruz.**



**Daha çok para
biriktirebiliriz.**



Zararlı Alışkanlıklardan Korunma Kılavuzu



İLKOKUL-ÖĞRENCİ

Madde No 1

Beslenmene dikkat et. Sağlıklı besinler yemeye özen göster

Madde No 2

Sevdiğin bir spor faaliyeti (basketbol, voleybol...vb.) ile ilgilenebilirsin.

Madde No 3

Sana zarar verdiğini düşündüğün konularda 'hayır' diyebilmelisin



Madde No 4

Her yaşın getirdiği güzellikler vardır. Büyük görünmek için çabalamana gerek yok.



Madde No 5

Kendini sev ve tanımaya çalış.



Madde No 6

Doğru bilgiye doğru kaynaklardan öğrenmeye çalış

Madde No 7

Çözmekte zorlandığın problemlerde yardım almaktan çekinme



-2008-