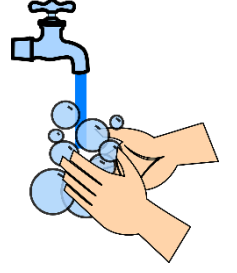


SAĞLIKLI YAŞAM

Hakan, kişisel bakımına çok özen gösterir. Bu nedenle yemeklerden önce ve sonra mutlaka ellerini bol su ve sabunla yıkar. Düzenli olarak banyo yapar. Taze ve doğal besinler tüketir. Her besinden yeterli derecede yer. Dengeli ve düzenli beslenir. Mevsimine uygun bol bol sebze ve meyve tüketir. Yeteri kadar su içer.



Boş zamanlarında bisiklet sürer. Arkadaşlarıyla oyunlar oynar. Sağlıklı olmak için diş sağlığına da dikkat eder. Günde iki kez yemeklerden sonra dişlerini fırçalar. Sağlıklı olmak için uykunun önemini bilir. Erken yatar, erken kalkar.



Yukarıdaki metni oku, anla. Soruları metne göre cevaplandır.

Sorular

1. Hakan yemeklerden önce ve sonra ne yapar?

2. Hakan nasıl beslenir?

3. Hakan boş zamanlarında ne yapar?
