

Teño unha vida saudable?

Analiza os teus hábitos en relación a estes aspectos.

Soño.	Saudable?	Por que?

Alimentación.	Saudable?	Por que?

Hixiene.	Saudable?	Por que?

Actividade física.	Saudable?	Por que?

Estado de ánimo.	Saudable?	Por que?