



ПРИВЫЧКИ ЗДОРОВЬЯ

ЕЖЕДНЕВНО УТРОМ ОТВЕЧАЕМ на 7 вопросов

- Самочувствие при пробуждении сегодня
ОТЛИЧНО ВЫСПАЛСЯ НЕ ОТДОХНУЛ ЗА НОЧЬ БЫВАЕТ И ЛУЧШЕ
- ДАВЛЕНИЕ НА УТРО СЕГОДНЯ
- УРОВЕНЬ ЭНЕРГИИ ВЧЕРА ЗА ДЕНЬ
ВСЕ УСПЕЛ, ПРЕКРАСНО УСТАЛ СРЕДНИЙ ДЕНЬ
- ПИЩЕВАРЕНИЕ ВЧЕРА
ЖАЛОБ НЕТ СНОВА ЕСТЬ ПРОБЛЕМЫ
- ЗАНЯТИЯ СПОРТОМ ВЧЕРА
ДА НЕТ
- ВЫПИЛ НОРМУ ВОДЫ ВЧЕРА 2,5 литра
ДА НЕТ
- ПОНРАВИЛАСЬ ЕДА ВЧЕРАШНЕГО ДНЯ
ДА НЕТ ПОЖЕЛАНИЯ

Создано с помощью онлайн сервиса Чек-лист | Эксперт: <https://checklists.expert>

как это убрать?