



режим дня

- ☐ время пробуждения
- ☐ режим питания
- ☐ режим отдыха
- ☐ режим занятий
- ☐ выполнения домашних дел
- ☐ принятие душа
- ☐ сон

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

как это убрать?