

Dzień:

ILE WODY WYPIJAM DZIENNIE?

Każda kropla symbolizuje 250ml wody. Przelicz zgodnie ze wzorem, ile wody musisz wypijać:

Twoja Waga w kg / 30 = ilość litrów wody

Następnie zakoloruj każde 250ml wypitej wody:



„Woda oczyszcza i nawilża moje ciało każdego dnia”