



- стирать одежду с мылом, а при пользовании стиральными порошками тщательно ее прополаскивать;
- продолжительность просмотра телепередач для школьников не должна превышать 1 часа в сутки, для взрослых — 4 часов;
- завести комнатные растения, лучше разновидности кактуса и хризантемы.