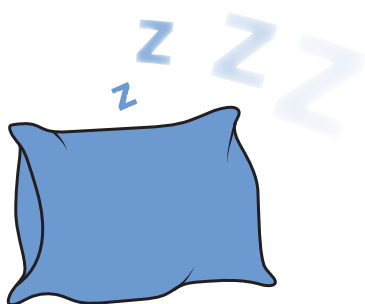




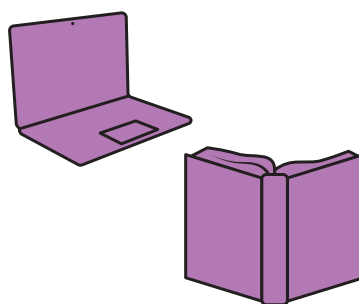
Folkhälsomyndigheten

Min dag

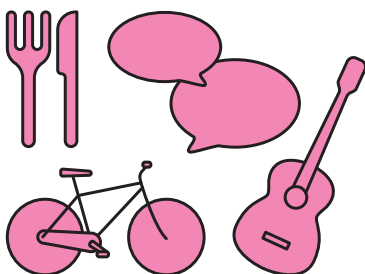
Bildstöd. Hur barn och ungdomar
i åldrarna 6–18 år kan fördela tiden
mellan olika aktiviteter under en dag.



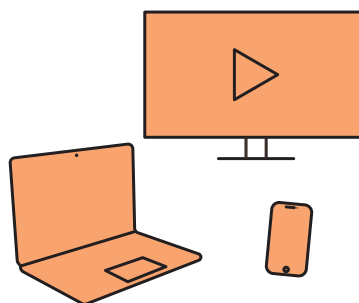
sömn



skola



**äta, umgås utan skärm,
röra på sig, aktiviteter**



skärm