



## 6. Расскажите о вреде для здоровья

Время пребывания в Сети нужно ограничивать. Например, просмотр видео или игра вечером могут нарушить качество сна и выработку определенных гормонов. Сидячий образ жизни плохо сказывается на осанке.

**ВОЗМОЖНЫЙ УЩЕРБ**