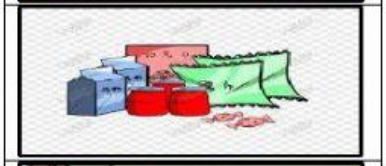
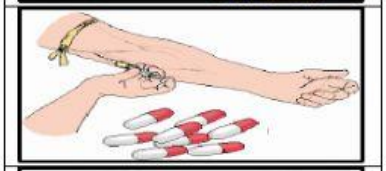
LATIHAN – KONTRA-INDIKASI REFLEKSOLOGI (Amalan penjagaan kesihatan)

Padankan jawapan yang betul bagi gambar kontra indikasi di bawah:

a) Minuman keras	
b) Pengambilan dadah	
c) Merokok	
d) Minuman berkarbonat / berais	
e) Corak tidur yang tidak teratur	
f) Terdedah pada sinar matahari yang berlebihan	
g) Terdedah pada pencemaran udara	
h) Makanan yang tinggi lemak, tinggi gula dan berminyak	
i) Makanan berpengawet dan makanan berpewarna	
j) Kegemukan / obesiti	

LIVEWORKSHEETS