

ЧИСТОТА ТЕЛА — ЗАЛОГ ЗДОРОВЬЯ



Утром умойся
и почисти зубы.



Мой руки и лицо после
прогулки.



Моясь в душе, потри тело
мочалкой.



Купаясь, не забудь помыть
пальчики на ножках.

ЧИСТОТА ТЕЛА — ЗАЛОГ ЗДОРОВЬЯ



Мой голову шампунем и хорошо прополаскивай волосы.



Мокрые волосы расчеши и высуши.



Ноготки на руках и ногах обязательно нужно подстригать.



Вместе с мамой чисти ушки специальными палочками.

ВНИМАНИЕ — МИКРОБЫ!



Даже любимой собаке
не давай себя облизывать.



Не заходи в комнату
(или не подходи близко)
к больному.



Не ешь и не пей из чужой посуды.



Пользуйся только своей
зубной щеткой.

ВНИМАНИЕ — МИКРОБЫ!



Микробы мы не видим,
но они есть везде.
Они — разносчики болезней.



Будь осторожен, когда играешь
в песочнице!



Не играй там, где гуляют
с животными.



Никогда не надо гладить
бродячих животных.

ПРАВИЛЬНО УХАЖИВАЙ ЗА ЗУБАМИ



Помни, что зубная щетка
для чистки зубов, а не для игры.



Смотри: теперь у девочки
болят зубы, а у мальчика — не болят!



Мама повела девочку
с больными зубами
на прием к зубному врачу.



Чтобы зубы были здоровыми,
нужно их регулярно проверять
у зубного врача (стоматолога).

ПРАВИЛЬНО УХАЖИВАЙ ЗА ЗУБАМИ



Не ешь много сладостей —
от них портятся зубы.



На остатках сладкого во рту плодятся
микробы и начинают разрушать
твои зубы.



Бороться с микробами
тебе помогут воины-защитники —
зубная щетка и паста.



Обязательно чисти зубы
утром и вечером, чтобы устранить
остатки пищи во рту.

ЕСЛИ ТЫ ВСЁ ЖЕ ЗАБОЛЕЛ(А)...



Во время болезни ты плохо себя чувствуешь, плачешь, капризничаешь.



Чтобы скорее выздороветь, делай всё, что говорит мама, и принимай лекарства.



Больше спи — во время сна твой организм борется с болезнью.



Выполняя все эти правила, ты быстро поправишься и сможешь вернуться к своим любимым занятиям.