

«Водичка, умой моё личико!»



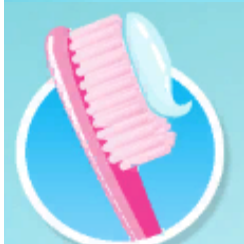
Умывайся утром и вечером, используй средства личной гигиены.



Имей всегда чистый носовой платок или одноразовые салфетки.



Следи за чистотой своей одежды, обуви.



Чисти зубы не менее 3-х минут. Зубная щётка не должна быть слишком мягкой.



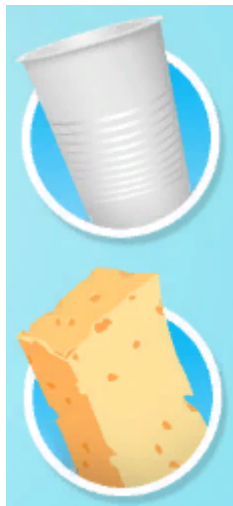
Для еды пользуйся только чистой посудой, не бери грязных тарелок, ложек, чашек.



Не ходи в одной и той же обуви на улице, в школе и дома. Дома носи мягкую домашнюю обувь, для спортивных занятий используй спортивную обувь.



Всегда мой руки перед едой, после прогулки и туалета.



Для питья воды используй одноразовые стаканчики.

Помогай учителю и дежурным в поддержании порядка в классе, помогай родным в домашней уборке.

