ПРАВИЛА ЛИЧНОЙ ГИГИЕНЫ

- ✓ Мыться необходимо ежедневно теплой водой с мылом
- ✓ Правильно подбирать специальные моющие и гигиенические препараты
- ✓ Пользоваться дезодорантом
- ✓ Следить за своей стрижкой
- ✓ Регулярно стричь ногти, следить за их чистотой
- ✓ Ежедневно менять белье
- ✓ Никогда нельзя расчесывать тело и выдавливать приищи
- ✓ Если на теле появилась сыпь обратиться к врачу
- ✓ Нельзя тереть глаза, брать пальцы в рот, если руки не вымыты
- ✓ Мыть руки после каждого посещения туалета
- ✓ Мыть руки с мылом перед употреблением пищи
- ✓ Употреблять как можно больше овощей, фруктов
- ✓

ПРАВИЛА ЛИЧНОЙ ГИГИЕНЫ

- ✓ Мыться необходимо ежедневно теплой водой с мылом
- ✓ Правильно подбирать специальные моющие и гигиенические препараты
- ✓ Пользоваться дезодорантом
- ✓ Следить за своей стрижкой
- ✓ Регулярно стричь ногти, следить за их чистотой
- ✓ Ежедневно менять белье
- ✓ Никогда нельзя расчесывать тело и выдавливать приищи
- ✓ Если на теле появилась сыпь обратиться к врачу
- ✓ Нельзя тереть глаза, брать пальцы в рот, если руки не вымыты
- ✓ Мыть руки после каждого посещения туалета
- ✓ Мыть руки с мылом перед употреблением пищи
- ✓ Употреблять как можно больше овощей, фруктов
- ✓

ПРАВИЛА ЛИЧНОЙ ГИГИЕНЫ

- ✓ Мыться необходимо ежедневно теплой водой с мылом
- ✓ Правильно подбирать специальные моющие и гигиенические препараты
- ✓ Пользоваться дезодорантом
- ✓ Следить за своей стрижкой
- ✓ Регулярно стричь ногти, следить за их чистотой
- ✓ Ежедневно менять белье
- ✓ Никогда нельзя расчесывать тело и выдавливать приищи
- ✓ Если на теле появилась сыпь обратиться к врачу
- ✓ Нельзя тереть глаза, брать пальцы в рот, если руки не вымыты
- ✓ Мыть руки после каждого посещения туалета
- ✓ Мыть руки с мылом перед употреблением пищи
- ✓ Употреблять как можно больше овощей, фруктов
- ✓