

Привіт!

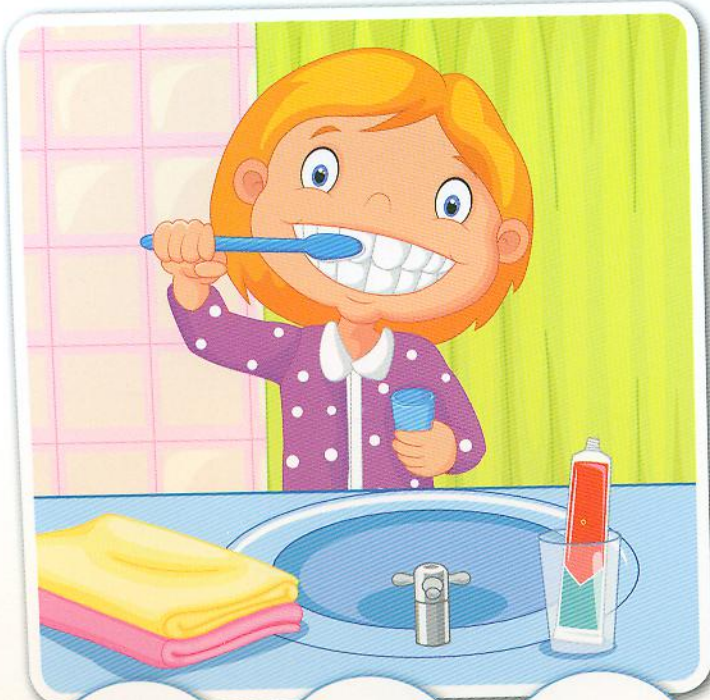
У цій книзі ми розповімо тобі про правила гігієни, яких потрібно дотримуватися кожній дитині, щоб менше хворіти, бути чистою і охайною людиною, завжди в гарному настрої. Розглянь малюнки та наклеї відповідні наліпки.



Прокидайся вчасно, разом із сонечком. Увечері не забувай вмикати будильник, а вранці робити зарядку.

Після сну треба вмитися, почистити зуби й зачесатися. Для цього тобі знадобляться мило, зубна паста зі щіткою, рушник і гребінець.

Після того, як сходиш у туалет, обов'язково скористайся туалетним папером, а потім вимий руки з милом.



Одяг, який забруднився, складай у кошик для брудної білизни, а потім допоможи старшим випрати його.

