



**В гостях  
у  
Гигиены**

**Известна  
истина  
одна:  
Залог  
здоровья -  
ЧИСТОТА**



Чаще мойся - воды не бойся!





**В чистой комнате - чистое тело,  
убирай комнату, чтоб она блестела!**





**В здоровом теле - здоровый дух!**





# Советы Мойдодыра

## 1-й совет.

Умывайтесь по утрам, после сна. Мойте руки, лицо, шею, уши.

## 2-й совет.

Мойте руки и ноги перед сном каждый день.

## 3-й совет.

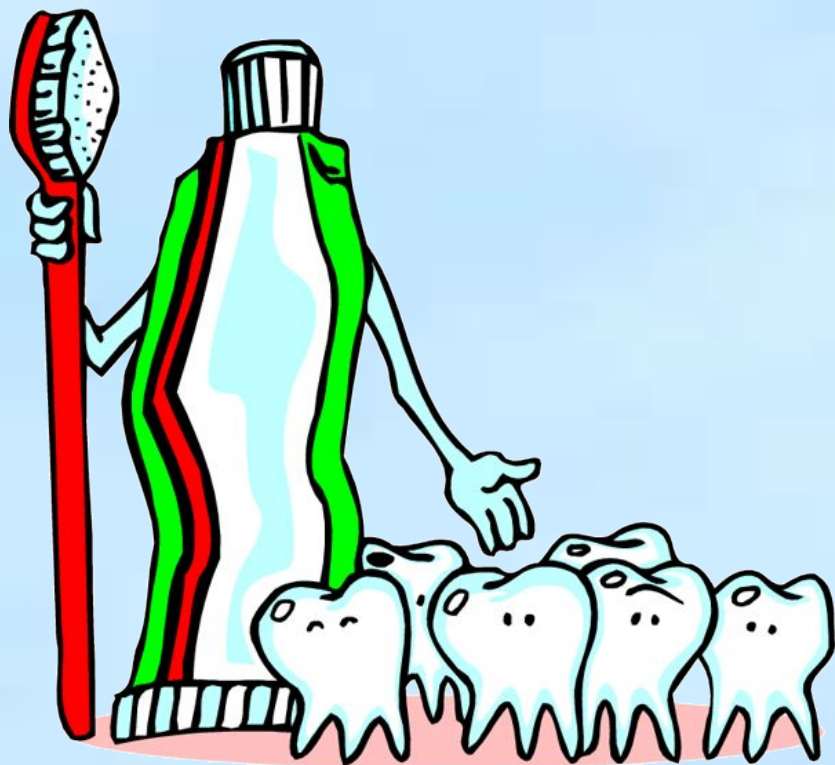
Обязательно мойте руки после игр, прогулки, общения с животными, туалета.

## 4-й совет.

Не реже одного раза в неделю принимайте ванну .



Отгадайте загадку:



На красной  
жёрдочке  
сидят  
белые  
курочки.



На зубах постоянно образуется налёт из микробов и остатков пищи. Частички пищи застревают и между зубами. Поэтому нужно обязательно чистить зубы. Лучше всего делать это два раза в день - утром и вечером.



# Правильный уход за зубами



**Ребята, мой совет такой,  
Чисти зубы, руки мой!!!  
О врачах тогда забудешь,  
и здоровым всегда будешь!!!**



**СПАСИБО!**