

«Путешествие с доктором Чистюлькиным»

Чистота – это залог здоровья.




**Академик чистоты и порядка,
профессор здорового образа жизни –
доктор Чистюлькин**



Микробы



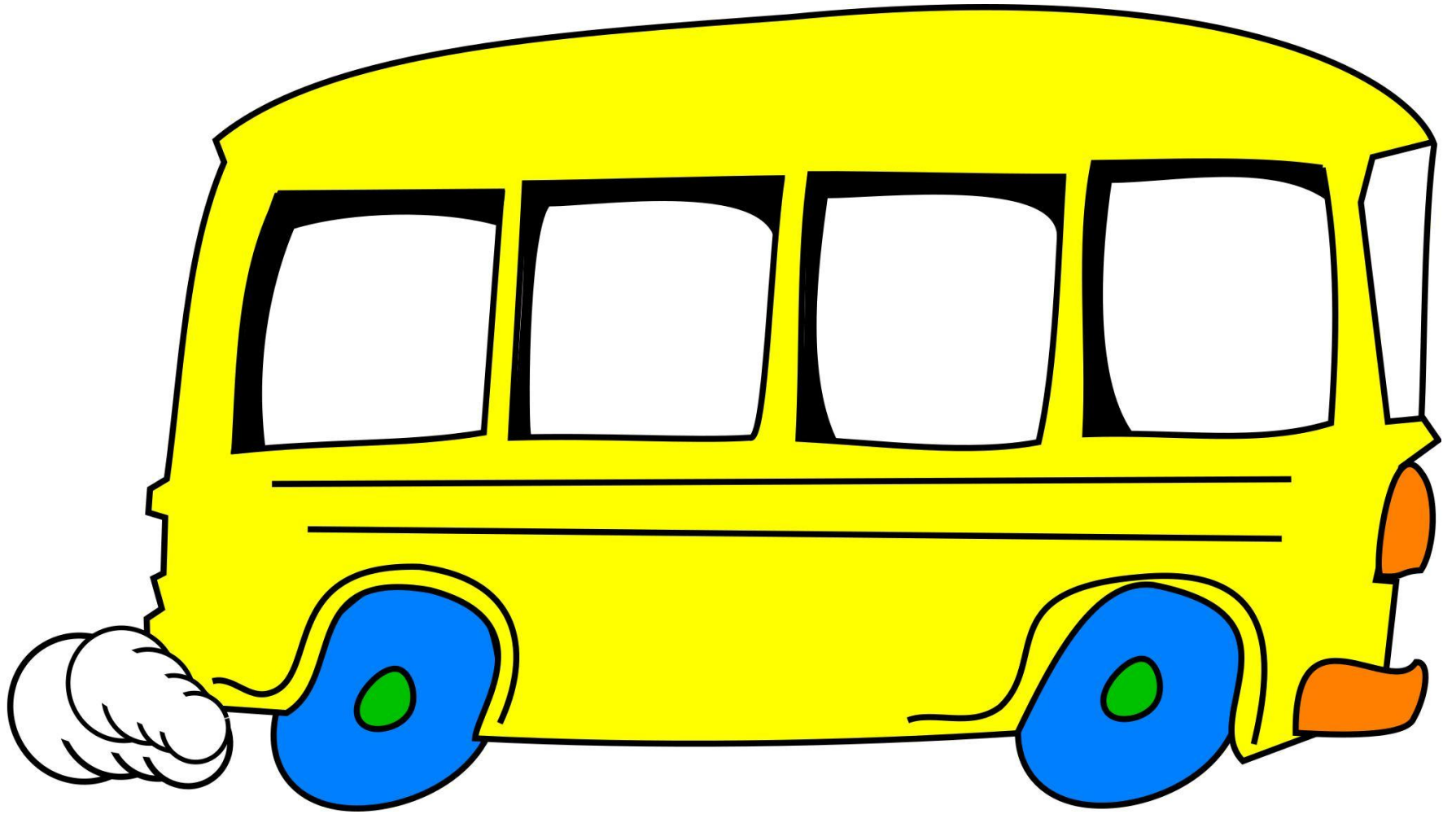
Там, где грязь, живут микробы.
Мелкие — не увидеть.
Их, микробов, очень много,
Невозможно сосчитать.
Мельче комаров и мошек
В много-много тысяч раз.
Тьма невидимых зверушек
Жить предпочитает в нас.
Если грязными руками
Кушать или трогать рот,
Непременно от микробов
Сильно заболит живот.



Станция
Грязнулькино

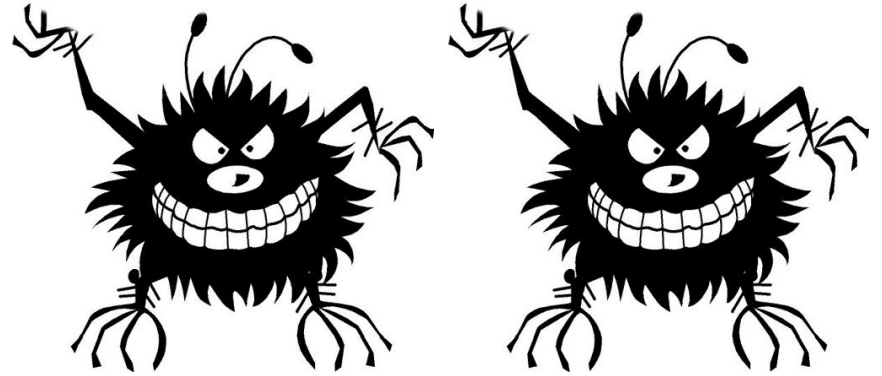
Город
Чистоты и
Порядка

Город Лентяевск

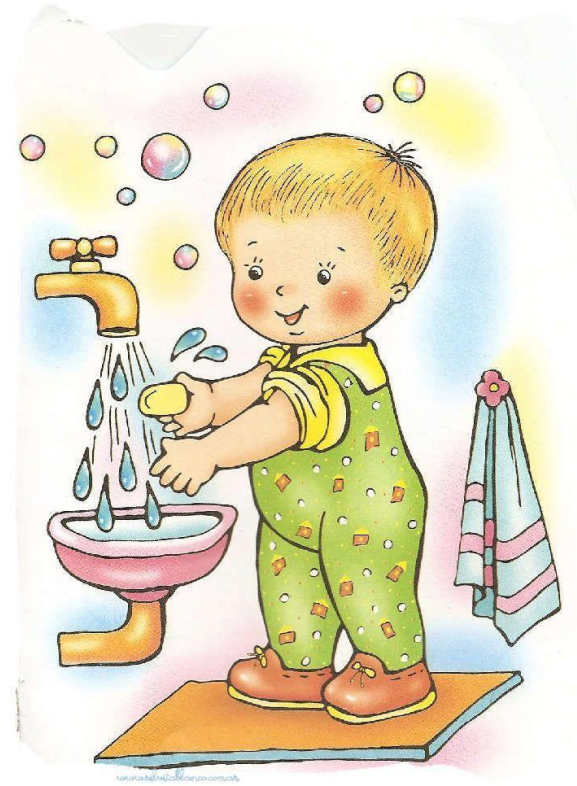




Добро пожаловать
в Грязнулькино!!!



- Утром и вечером надо обязательно умываться, чистить зубы.
- Руки надо мыть перед едой, после прогулки, после посещения туалета.
- Если не чистить зубы, то они разрушаются от кариеса. На зубах все время образуется мягкий налет, в котором содержится около 800 миллионов микробов. Этот налет удаляется с помощью зубной пасты и щетки. Но не забывайте менять щетку раз в 3 месяца.



Уход за кожей

- мойтесь каждый день теплой водой с использованием специальных средств (мыло, гель и т.п.);
- вытираясь, используйте только свое полотенце;
- обязательно мойте руки перед едой, после прогулки и посещения туалета.



Загадки

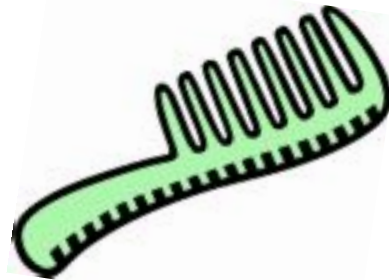
Я увидел свой портрет.
Отошёл – портрета нет.



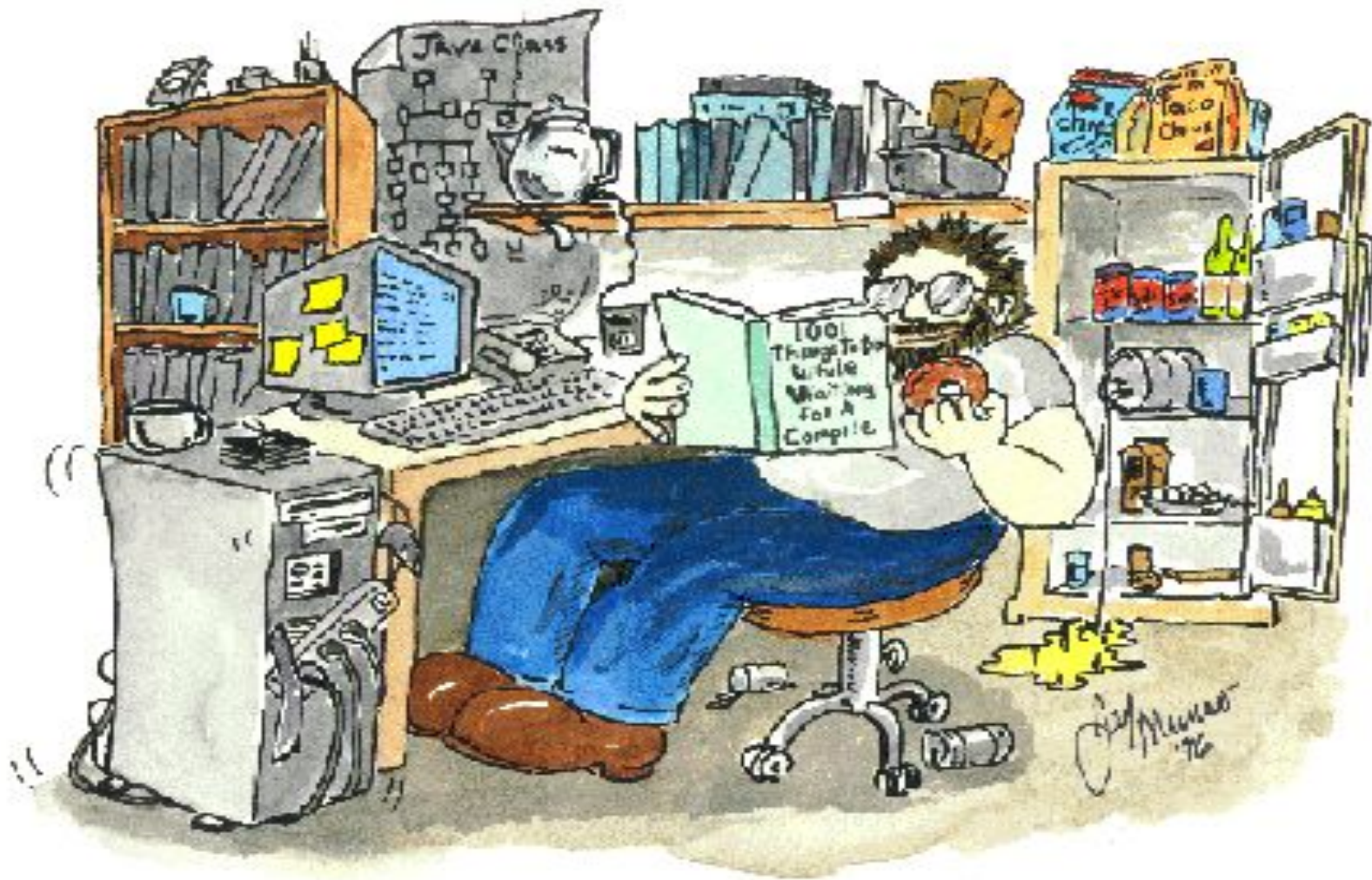
Лёг в карман и караулю
Рёву, плаксу и грязнулю.
Им утру потоки слёз,
Не забуду и про нос.



Целых 25 зубков
Для кудрей и хохолков.
И под каждым под зубком
Лягут волосы рядком.



город Лентяйск





Физкультминутка

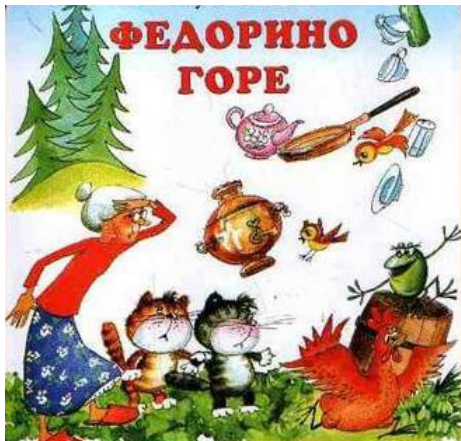
Давно доказано на деле:
Здоровый дух в здоровом теле.
Об этом забывать нельзя
Зарядка всем нужна друзья.
Ну-ка, проведём разминку.
Смотрим вверх,
Прогнули спинку.
Покачали головой,
Руки вкрест перед собой.
Покажите радость встречи.
Руки положи на плечи.
Покачались, как качели.
Ах! – привстали,
Ох! – и сели.
Встали, сели, снова встали.
Руки сжали и разжали.



- Надо заботиться о свежем воздухе в помещении. Комната должна проветриваться 2 раза в день по 25-30 минут.
- Каждый день следует проводить влажную уборку.
- А еще надо соблюдать режим дня, не терять времени понапрасну.

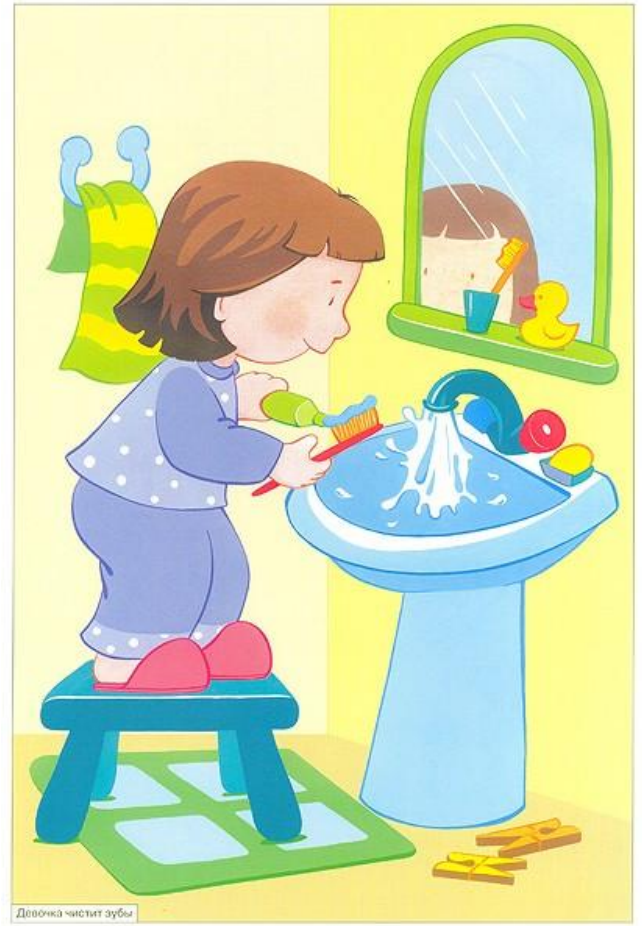


Корней Иванович Чуковский советский детский писатель



город Чистоты и Порядка





Добрый день! Я – Чистота!
С вами быть хочу всегда.
Я пришла вас научить,
Как здоровье сохранитью
Много грязи вокруг нас,
И она, в недобрый час,
Принесет нам вред, болезни,
Но я вам дам совет полезный.
Мой совет совсем не сложный -
С грязью надо быть построже.





Станция
Грязнулькино

Город
Чистоты и
Порядка

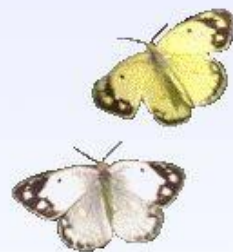
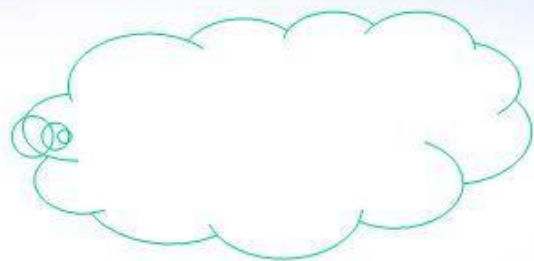
Город
Лентяевск



*Будьте
всегда*

здоровы!





До новых встреч!

