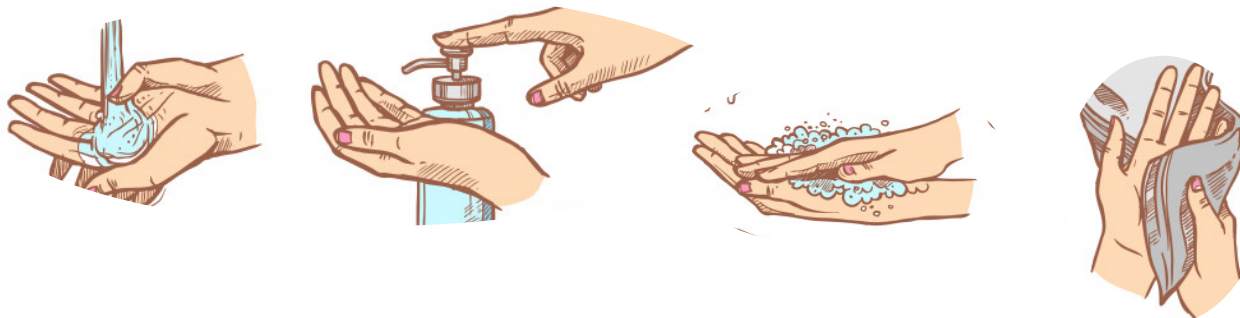




ЗА ДА СЕ ПРЕДПАЗИМ ОТ БОЛЕСТИ

1. Всяко междучасие измивай ръцете си с **антибактериален гел!**



2. **Преди хранене** измивай ръцете си с вода и с гел за ръце!

3. **Не пипай устата, очите и носа си с мръсни ръце!**

4. Поне два пъти на ден **почиствай чина си** с мокра кърпичка.

5. Дежурният ученик да почиства **бравата на вратата** с мокра кърпичка всяко междучасие!

6. **Закривай устата си**, ако кихаш или кашляш!

7. **Не пий вода или сок от чужда чаша** или шише!



8. Изяждай **поне 1 плод на ден**, за да си здрав!

9. **Не крещи и не плюй** срещу другите – не само е грозно, но и е най-бързият начин за разнасяне на зарази.

10. **Ако имаш температура** или не се чувстваш добре, веднага кажи на учителя!



11. **След училище** -
вкъщи задължително
измий ръцете и лицето
си с топла вода и сапун.