

KİŞİSEL BAKIM

- * Kıyafetlerimizin temizliğine özen göstermeliyiz.
- * Düzenli olarak banyo yapmalıyız.
- * Ellerimizi sık sık su ve sabunla yıkamalıyız.
- * Yemeklerden sonra dişlerimizi fırçalamalıyız.
- * Her gün saçlarımızı taramalıyız.
- * Tırnaklarımızı kesmeliyiz.

" Suya, sabuna dokun; mikroplardan kurtul."

