

7 Απριλίου: Παγκόσμια Ημέρα Υγείας

10 «ΧΡΥΣΟΙ» ΚΑΝΟΝΕΣ!

1. Πλένουμε τα χέρια μας καλά!



2. Κάνουμε μπάνιο.



3. Πλένουμε τα δόντια μας τουλάχιστον 2 φορές την ημέρα.



4. Τρώμε υγιεινά φαγητά.



5. Γυμναζόμαστε συχνά.



6. Πίνουμε αρκετό νερό!



7. Κοιμόμαστε νωρίς το βράδυ.



8. Πηγαίνουμε στον γιατρό, όταν δε νιώθουμε καλά.



9. Χαμογελάμε συχνά!



10. Κάνουμε παρέες και φίλους!



Και αυτήν την περίοδο προσέχουμε διπλά...
Δεν ξεχνάμε: ΜΕΝΟΥΜΕ ΣΠΙΤΙ!!!

