



ГРЯЗНЫЕ РУКИ ГРОЗЯТ БЕДОЙ



ЧТОБ ХВОРЬ ТЕБЯ НЕ СЛОМИЛА –
БУДЬ КУЛЬТУРЕН: ПЕРЕД ЕДОЙ
МОЙ РУКИ МЫЛОМ!

В. МАЯКОВСКИЙ

Твой Роспотребнадзор



ЗДОРОВЫЕ КАНИКУЛЫ



ПИТЬЕВОЙ РЕЖИМ
даже если совсем не хочешь -
води небольшие порции, а
просто пейте обычную
чистую воду



ВЫБИРАЙ ВОДУ
сладкие газированные напитки
содержат избыток добавленного
сахара



ПРЕДПОЧИТАЙ
фрукты и овощи сладостей
и кондитерских изделий



ЗДОРОВЫЙ СОН
ложись и встань в
примерно в одно время каждый день



МЕНЬШЕ ВРЕМЕНИ
проводь за просмотром телевизора,
играми, использованием гаджетов
до 1-2 часов в день



ДВИГАЙСЯ БОЛЬШЕ
используй свободное время
для прогулок, движения



НОСИ ОДЕЖДУ
из натуральных материалов,
выбирай хлопок, лен,
легкую и дышащую



ИЩИ ПРОХЛАДУ
укрывайся в тени
или в кондиционированном
помещении. Тепловой удар
наступает быстро



**ЗАЩИЩАЙСЯ
ОТ НАСЕКОМЫХ**
из ушей могут вылезти микробы,
поэтому при отдыхе, в поездке
предпочитай слески и мази



Твой Роспотребнадзор



БЕЗОПАСНОЕ ОБЩЕНИЕ С ЖИВОТНЫМ

ПРАВИЛЬНО



МЫТЬ РУКИ
после игры, кормления
животного, уборки клетки,
леса, мытья автотюнинг



**СЛЕДИТЬ
ЗА ЧИСТОТОЙ**
места обитания животных,
мыть лапы после прогулки



**СЛЕДИТЬ
ЗА ЗДОРОВЬЕМ
ЖИВОТНОГО**
регулярно посещать ветеринара,
давать прививки, проводить обработку
против гельминтов, клещей и блох

НЕПРАВИЛЬНО



ЦЕЛОВАТЬ
животных



**МЫТЬ
В КУХОННОЙ
РАКОВИНЕ**
миски животных,
его игрушки, аксессуары



**ДОПУСКАТЬ
ЖИВОТНОЕ**
в кровать, на стол,
на диван

ВАЖНО! Дикие животные могут показаться милыми,
но трогать их во избежание болезней нельзя.

Твой Роспотребнадзор



ПОГОВОРИМ О ЧИСТОТЕ



Да здравствует мыло душистое
И полотенце пушистое!

К. И. Чуковский



Будь аккуратен, забудь лень,
Чисть зубы каждый день.

В. В. Маяковский



В нашей в школе есть закон:
Вход, неряхам воспрещен.

С. Я. Маршак



Чистота – залог здоровья.
Вот почему всегда здоров я.

ВСПОМНИ, К ЧЕМУ СЕГОДНЯ ТЫ ПРИКАСАЛСЯ РУКАМИ

Грязные руки грозят бедой.
Чтоб хворь тебя не скосила,
Будь аккуратен:



Перед едой мой руки мылом.

В. В. Маяковский



Твой Роспотребнадзор



КАК ПРАВИЛЬНО МЫТЬ РУКИ



1

Намочи
руки



2

Возьми
мыло



3

Разотри руки
не менее
20 секунд



4

Смой мыло
водой



5

Высуши
руки



6

Закрой кран
(используй
салфетку)

Мой руки и будь здоров!

Твой Роспотребнадзор



БЕЗОПАСНОЕ ОБЩЕНИЕ С ЖИВОТНЫМ

ПРАВИЛЬНО



МЫТЬ РУКИ

после игры, кормления
животного, уборки клетки,
лотка, мытья инвентаря



**СЛЕДИТЬ
ЗА ЧИСТОТОЙ**

места обитания животного,
мыть полы после прогулки



**СЛЕДИТЬ
ЗА ЗДОРОВЬЕМ
ЖИВОТНОГО**

регулярно посещать ветеринара,
давать препараты, проводить обработку
против гельминтов, клещей и блох

НЕПРАВИЛЬНО



ЦЕЛОВАТЬ

животных



**МЫТЬ
В КУХОННОЙ
РАКОВИНЕ**

мыло животного,
его игрушки, инвентарь



**ДОПУСКАТЬ
ЖИВОТНОЕ**

в кровать, на стол,
на диван

ВАЖНО! Дикие животные могут показаться милыми,
но трогать их во избежание болезней нельзя.

Твой Роспотребнадзор