

Életmód és egészség



AZ JUT ESZEMBE A...

mozgásról

egészséges étrendről

helyes napirendről

tisztaságról

időjárásnak megfelelő öltözködésről

MIVEL TISZTÁLKODSZ?

MILYEN GYAKRAN MOSOD NAPONTA...

a kezed	az egész tested	a fogaidat	a hajadat

FEJEZD BE A MONDATOKAT!

Hajat szeretnék mosni, ezért _____

Kezet mosok, mert _____

Előkészítettem a fürdőlepedőt, mert _____

Minden evés után megmosom a fogam, hogy _____

Szeretem, amikor tiszták a körmeim, ezért _____

HETI ÉTREND

Készítsetek a napköziseknek étrendet! Törekedjete a változatosságra!

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
reggeli					
tízórai					
ebéd					
uzsonna					
vacsora					

IGAZ-HAMIS

Döntsd el, igaz vagy hamis! Tegyéél X-et a megfelelő rovatba!

	Igaz	Hamis
Az orvosnál a váróteremben csendben és türelmesen várakozunk.		
Beteghez látogatóba bármikor, bejelentés nélkül is elmehetünk.		
Amikor mentőt kell hívni, bemutatkozunk a telefonban.		
Fogorvosi vizsgálat előtt ehetünk cukorkát.		
Ha betegek vagyunk, nem kell mindig pontosan betartanunk az orvos utasításait.		
Amikor belépünk az orvosi rendelőbe, mindig köszönünk.		

A hamis állításokat tedd igazzá!

A neked legjobban tetsző igaz állításhoz készíts rajzot!

