

Čistoća je pola
zdravlja!



HIGIJENA = ČISTOĆA

LIČNA HIGIJENA

1. Jutarnja
2. Dnevna
3. Večernja

Radnje koje činimo su:

- ❖ Umivanje
- ❖ Pranje ruku
- ❖ Pranje kose
- ❖ Pranje nogu
- ❖ Kupanje i tuširanje
- ❖ Pranje zuba
- ❖ Rezanje noktiju



PRIBOR I SREDSTVA ZA ODRŽAVANJE LIČNE HIGIJENE

PRIBOR



SREDSTVA



Koliko često i kako održavamo higijenu?

posle svakog jela

ujutro

jednom dnevno

pre i posle jela i WC-a

jednom sedmično

pranje zuba

umivanje

pranje kose

pranje ruku

tuširanje



□ Zube peremo :

1. a) ujutro, uveče i posle svakog obroka

b) samo ujutro

c) samo uveče

2. Kupamo se :

a) najmanje jednom sedmično

b) samo kad sam prljav/a

3. Lična higijena podrazumeva.....

4. Spoji parove :

PRANJE RUKU

TUŠIRANJE

PRANJE ZUBA

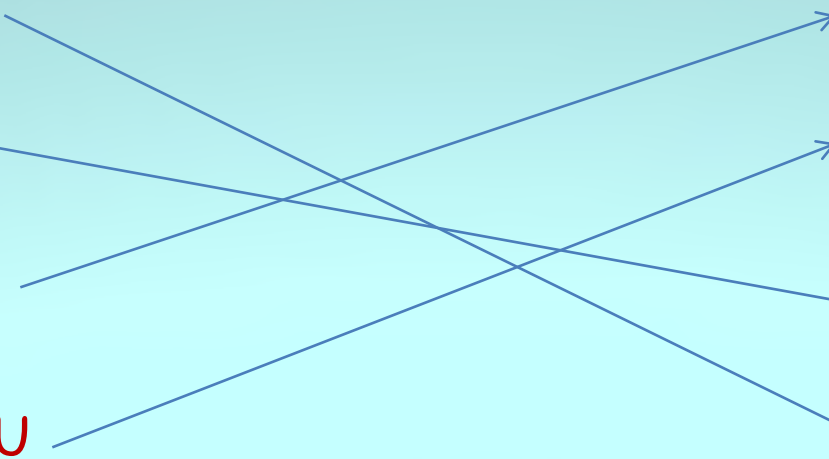
NEGA NOKTIJU

PASTA ZA ZUBE

GRICKALICA

KUPKA

SAPUN



HVALA NA PAŽNJI !

