

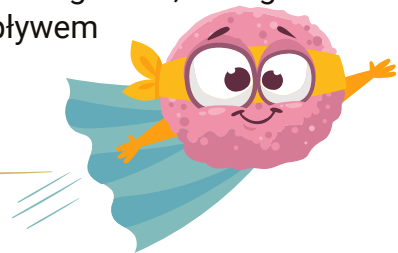


## MATERIAŁY DO DOMU

**Rodzicu! Twoje dziecko poznało kolejne zasady dbania o higienę!**

**Dzięki Czyściochowej Akademii dowiedziało się, że:**

- codziennie należy dbać o czystość naszego ciała, w szczególności nie zapominamy o myciu zębów, dłoni, twarzy i okolic intymnych. Dzieci powinny brać kąpiel raz na 2-3 dni, chyba że są brudne lub przepecone. Kąpiel nie powinna trwać dłużej niż 10 minut. Lepiej brać prysznic niż kąpiel w wannie, ponieważ zużywamy wtedy mniej wody, co jest lepsze dla środowiska.
- Do mycia ciała używamy pianki, żelu lub olejku, a włosy myjemy szamponem. Używanie mydła, w szczególności do mycia głowy, może podrażniać skórę, wysuszać włosy i powodować ich puszenie.
- Włosy powinno się myć 1-2 razy w tygodniu, a czesać codziennie. Mokrych włosów nie należy mocno pocierać ręcznikiem, lecz delikatnie osuszać.
- Wydzielanie potu schładza nasz organizm. Pocimy się każdego dnia, dlatego ważne jest regularne dbanie o higienę, ponieważ pod wpływem działania bakterii pot zaczyna nieprzyjemnie pachnieć.



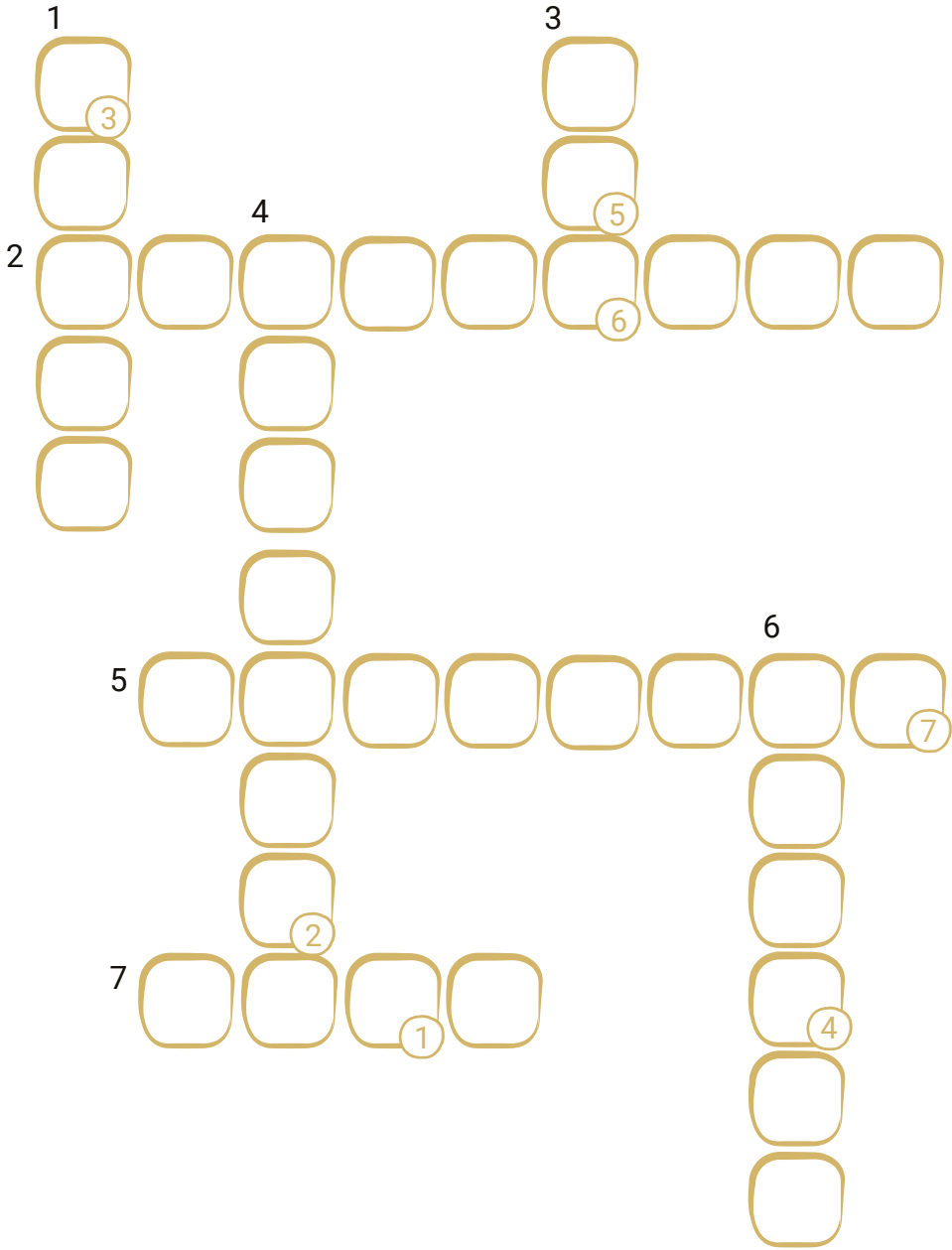
**Istotne jest nie tylko poznanie zasad higieny, lecz także ich utrwalanie.**

**To zdobyta wiedza i jej powtarzanie umożliwi ukształtowanie dobrych nawyków!**

**Szczególnie ważni w tym procesie są rodzice. Krzyżówka, którą przygotowaliśmy dla dzieci, pomoże im utrwalić wiedzę zdobytą podczas lekcji.**

# KRZYŻÓWKA

Rozwiążcie krzyżówkę i poznajcie ukryte w niej hasło.



**HASŁO:** [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] [ ]

Below the word 'HASŁO:' is a horizontal row of seven empty rounded squares, each with a small circle containing a number from 1 to 7 below it, indicating the starting point for the hidden word.

# KRZYŻÓWKA

## PYTANIA:

1. Część ciała, na której znajdują się oczy, uszy, nos, włosy.
2. Dzięki niej pozostajemy zdrowi. Gdy nam jej brakuje – chorujemy.
3. Gdy w nocy kładziemy się do łóżka i zamykamy oczy, to zapadamy w...
4. Można wziąć szybki... - myjąc się w ten sposób, zużywamy mniej wody.
5. Czeszesz nią włosy. Nie można jej pożyczać innym.
6. Bierzesz ją w wannie. Może być pełna bąbelków.
7. Nadstawiasz je i dzięki niemu słyszysz. ...