# Enesekontroll

Jüri näonahale on hakanud tekkima vistrikud. Jüri on õnnetu, sest vistrikud on inetud ja valused. Jüri küsis emalt nõu.

**Mida ema võis Jürile soovitada?**

**Vali õige vastus.**

**1. Millises eas tekivad tavaliselt vistrikud?**

a) Murdeeas

b) Koolieas

c) Täiseas

**2. Mida Jüri ei tohiks teha?**

a) Nägu pesta

b) Vistrikke ise pigistada

c) Vett juua

**3. Miks ei tohi vistrikke pigistada?**

a) Vistrikud on kasulikud

b) Võivad armid tekkida ja kahjulikud bakterid üle keha levida.

c) Valus on

**4. Kuidas Jüri peaks oma näonaha eest hoolitsema?**

a) Palju päikest võtma

b) Palju magusat sööma

c) Sobiva näoveega või puhastuspiimaga näonahka puhastama.

LIVEWORKSHEETS

**Vasta küsimustele.**

1. Miks on oluline hambaid hooldada?

2. Millised toidud ja joogid võivad hambaid kahjustada?

3. Millal on vaja hambaarsti juurde minna?

4. Mis olukordades inimesed higistavad?

5. Kuidas saab vältida halva kehalõhna teket?

6. Kuidas halb hügieen võib mõjutada sinu tervist ja enesekindlust?

LIVEWORKSHEETS