

KİŞİSEL BAKIM

Aşağıdaki ifadelerden doğru olanların başına **D** , yanlış olanların başına **Y** yazınız.

- ☐ Sadece yemeklerden önce ellerimizi yıkamalıyız.
- ☐ Ellerimizi yıkarken suyu ve sabunu yeteri kadar kullanmalıyız.
- ☐ Diş macununu bol miktarda kullanarak dişlerimizi daha temiz tutabiliriz.
- ☐ Banyo yaparken suyu ve şampuanı israf etmeden kullanmalıyız.
- ☐ Kişisel bakımımızı yaparken elektrik ve su gibi tükenebilir kaynakları dikkatli kullanmalıyız.
- ☐ Saç kurutma makinesini uzun süre kullanmamak için saçlarımızı önce havluyla kurulayabiliriz.

Aşağıda, doğru el yıkamanın aşamaları karışık olarak verilmiştir. Bu aşamaları numaralandırarak sıralayınız.

- ☐ Elinizin içine bir miktar sabun alarak iyice köpürtün.
- ☐ Suyun boşa akmaması için musluğu kapatın.
- ☐ Suyu açın ve elinizi suyla ıslatın.
- ☐ Sonra parmak aralarınızı, başparmağınızı ve bileğinizi sabunlayın.
- ☐ Tırnaklarınızı avucunuzun içine sürterek temizleyin.
- ☐ Suyu kapatarak ellerinizi havluyla kurulayın.
- ☐ Suyu açarak ellerinizi durulayın.