

## ΘΕΜΑ: ΑΤΟΜΙΚΗ ΥΓΙΕΙΝΗ

Η ατομική υγιεινή είναι η φροντίδα του σώματος, την οποία πρέπει να εφαρμόζει συστηματικά κάθε άτομο. Έχει ως στόχο την πρόληψη της ασθένειας, τη διατήρηση της υγείας και την καλλιέργεια της αισθητικής που είναι έμφυτη στον άνθρωπο. Η ατομική υγιεινή περιλαμβάνει την καθαριότητα του σώματος, τον υγιεινό ύπνο, τη στοματική υγιεινή και άλλες υγιεινές καθημερινές συνήθειες.



Η ατομική υγιεινή βοηθά και στην πρόληψη κατά του Κορονοϊού!!!

**Μια ματιά στο διαδίκτυο...**

Το βίντεο δίνει χρήσιμες πληροφορίες και εξηγά γιατί μένουμε σπίτι, αλλά και τι θα πρέπει να κάνουμε για να προφυλαχθούμε από τον Κορονοϊό. Πατήστε το πιο κάτω link

<https://www.youtube.com/watch?v=LK1hHoHLVb0>

(Κορονοϊός ο πονηρός ταξιδευτής-rikou-rikou)

**ΝΑ ΠΡΟΣΕΧΕΤΕ ΟΛΟΙ!!!  
ΜΕΝΟΥΜΕ ΣΠΙΤΙ!!!!**

