



Sami dbamy o swoje zdrowie!
Ми дбаємо про власне здоров'я!

**pocieram dłonią o dłoń,
również pomiędzy palcami**

потру також долню
о долню і між пальцями



**myję grzbiety
obu dłoni**

тыльную сторону
обох рук



**starannie spłukuję
mydło**

рительню смію мило



namydlam dłonie

намілю руки



**Umiem prawidłowo
myć ręce...**

Я мию правильно
руки...



**dokładnie suszę
dłonie**

рительню висушу
руки



30 sek



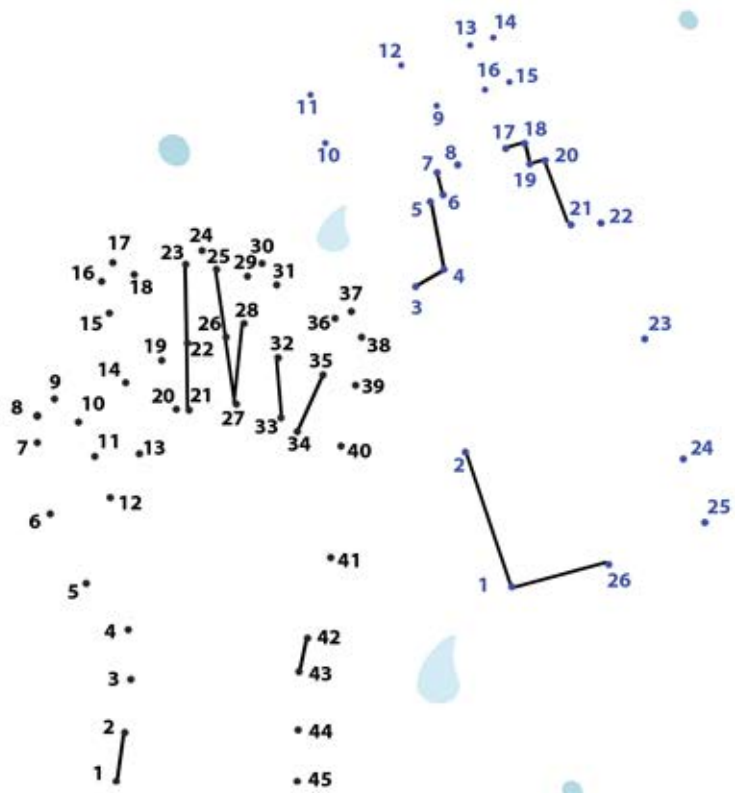
pluczę dłonie wodą

намочу руки водою



Połącz kropki i pokoloruj.

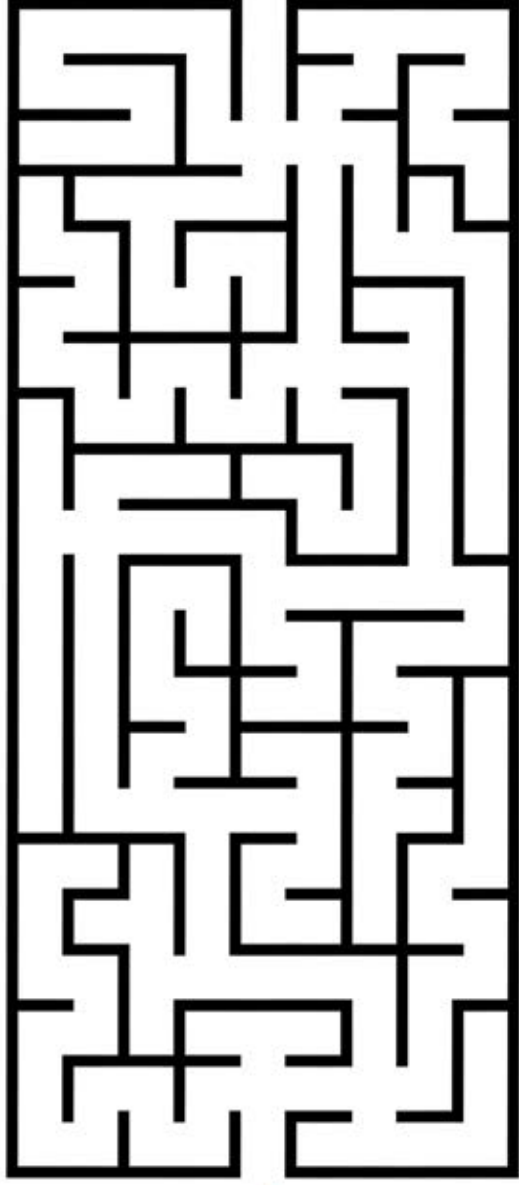
З'єднай кропки і розмалюй.



Policz mydła, ręczniki, umywalki i zakoloruj odpowiednią ilość kratek.

Порахуй, скільки на малюнку мила, рушників, умивальників і розфарбуй відповідну кількість кліток под кожним малюнком.





Pomóż dziewczynce znaleźć drogę do umywalki. Narysuj ją.

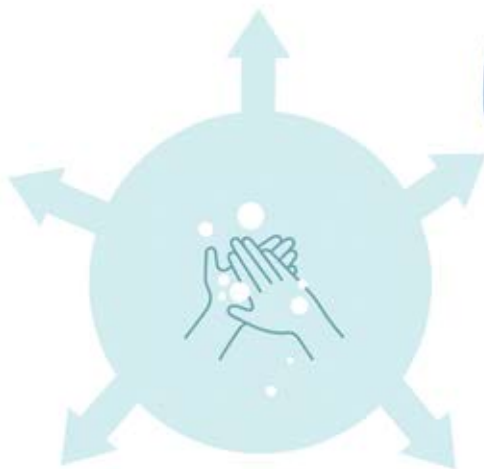
Допомож дівчині знайти свій шлях до раковини. Намалюй його.



przed i po jedzeniu
перед і після їжі



**po wydmuchaniu
nosa i kichaniu**
після висморкування



**po skorzystaniu
z toalety**
після туалету

Zawsze myję ręce...

Я завше мию руки...



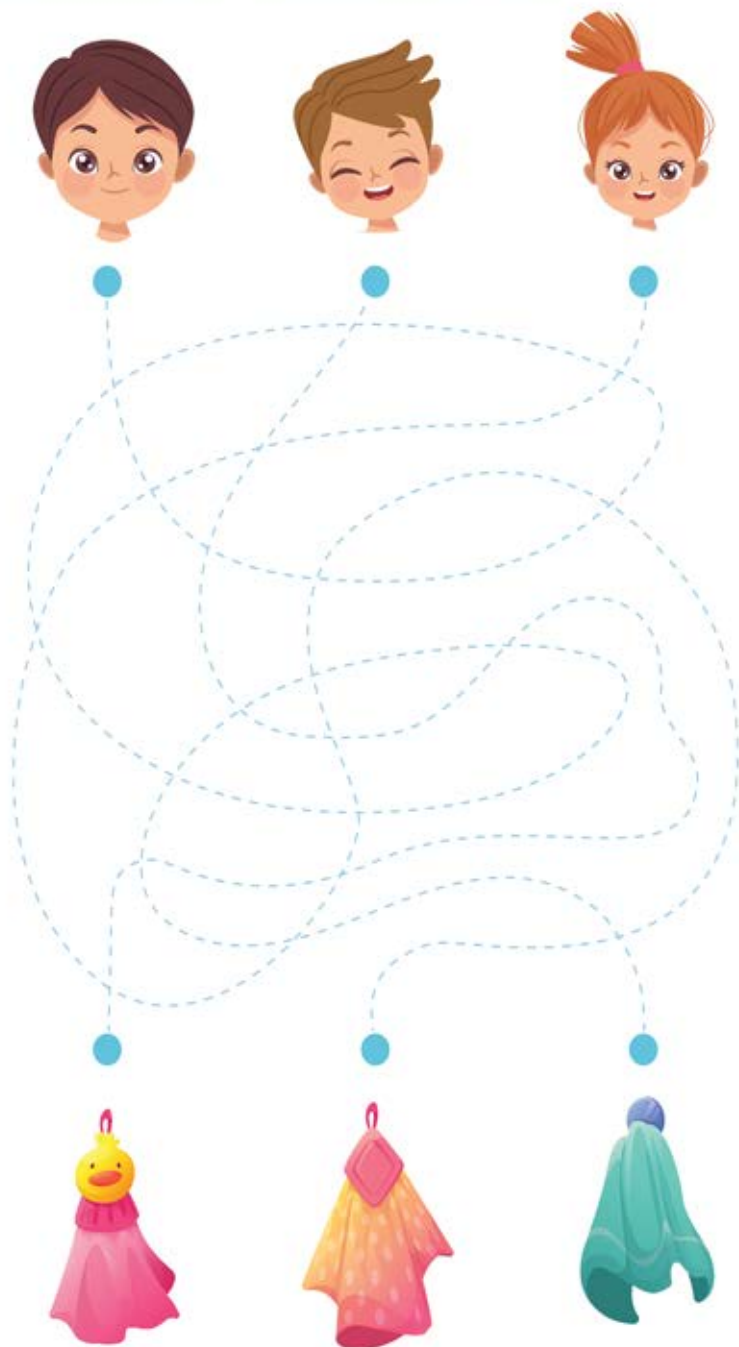
**po zabawie
na świeżym powietrzu**
після ігор під відкритим
небом



**po kontakcie
ze zwierzętami**
після контакту
з тваринами

Dowiedz się, który ręcznik do kogo należy. Idź po śladzie.

Дізнайтеся, який рушник кому належить. Слідуй по стежці.

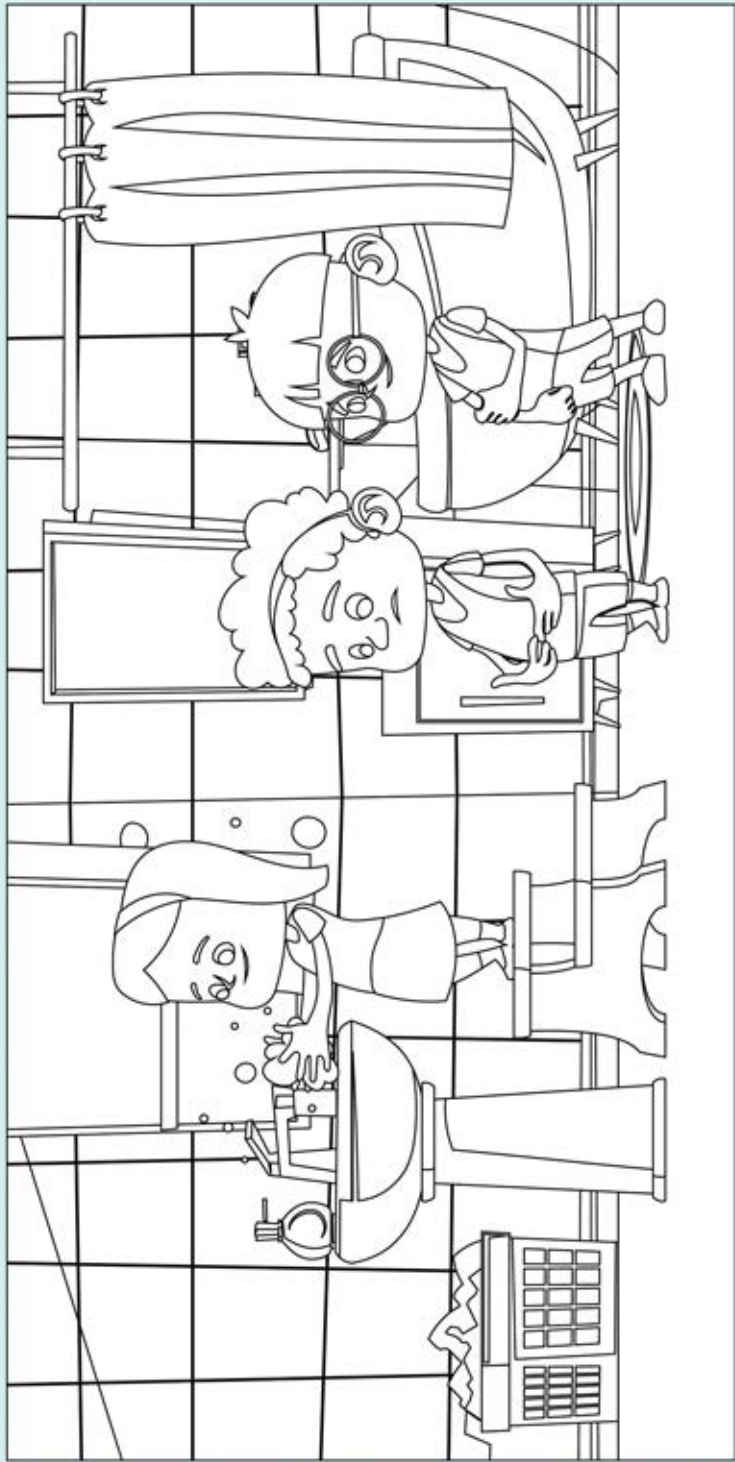




Połącz kropki według wzoru.

З'єднай кропки за прикладом.





Pokoloruj obrazek.

Розфарбуй малюнок.



używam własnej szczoteczki do zębów, ręcznika i grzebienia

використовую власну щітку для зубів, рушник і грэбінэць



myję zęby min. 2 razy dziennie przez 2 minuty

чіщу зуби 2 рази на дэнь протягом 2 хвилин



często myję ręce wodą z mydłem

часто мию руки водою з милом



Dbam o swoje zdrowie...

Я дбаю про свое здоров'я...



nie wymieniam się ozdobami do włosów i nakryciami głowy

не обмінююсь прикрасами до волосся і головними уборами



nos wycieram w jednorazową chusteczkę

протираю ніс одноразовою хустечкою



kicham i kaszlę w zgięcie łokcia

чхаю і кашляю на згин локтя

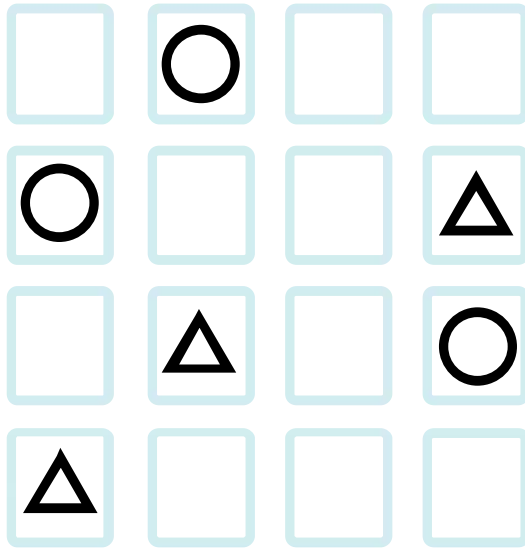


używam swoich sztućców i piję ze swojego kubka

користуюся своїми столовими приборами і п'ю з своєї чашки

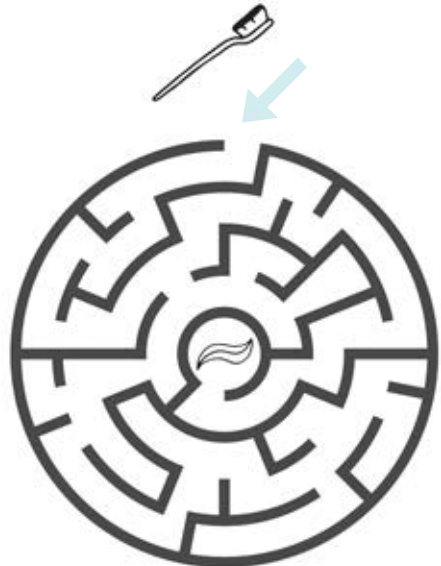
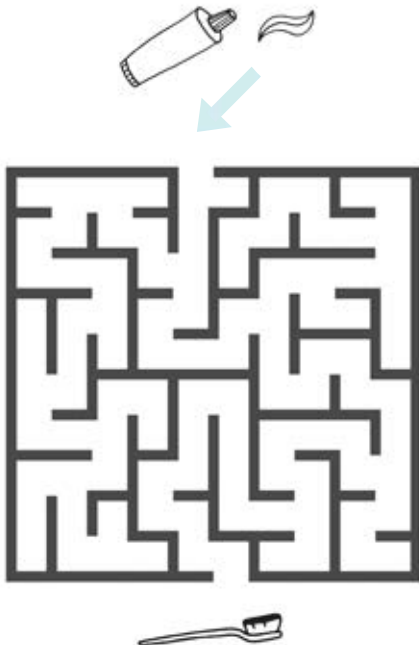
Wypełnij diagram w taki sposób, aby w każdym wierszu i każdej kolumnie znalazły się wszystkie kształty.

Заповнить діаграму всіма фігурами в кожному рядку і стовпці.



Znajdź drogę przez labirynty.

Знайди свій шлях через лабіринти.



Dopasuj cienie.

Знайди однакові тіні.





Otocz pętlą przedmioty osobiste, którymi nie można się dzielić z innymi ludźmi.

Зробіть коло предметів особистої гігієни, якими не можна поділитися з іншими людьми.

Opracowanie merytoryczne i graficzne
Wojewódzka Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Poznaniu

<https://www.gov.pl/web/wsse-poznan>

Poznań 2023, wydanie 2

**Змістовно-графічна розробка Обласний
Санітарної Станції Епідеміологічний у Познані.**

Познань 2023, видання 2

