

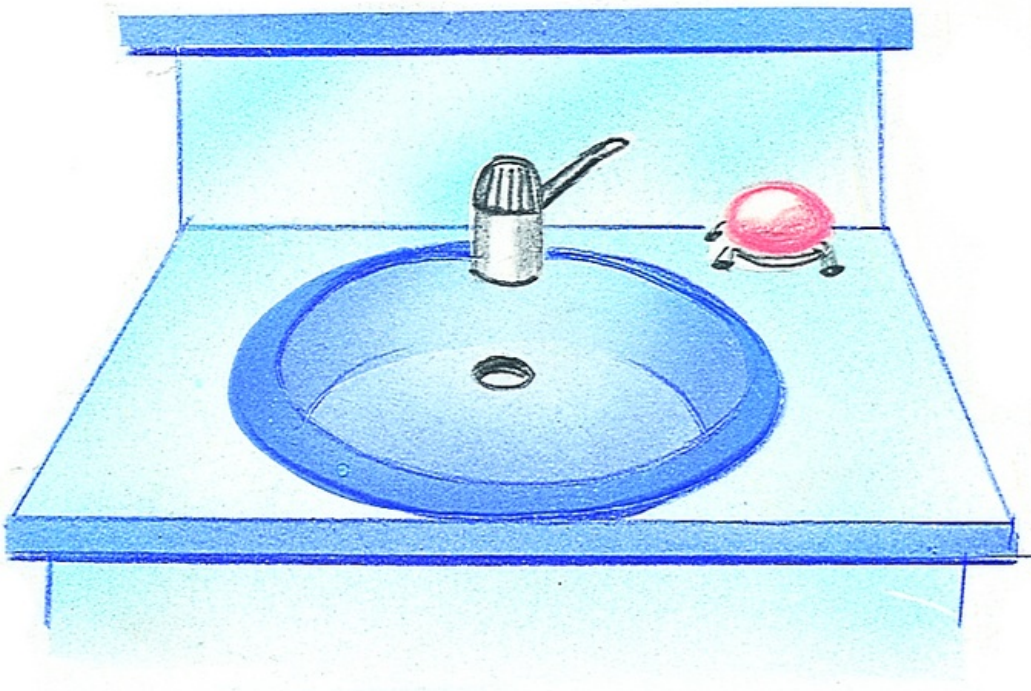
Fiche

Pour être en bonne santé, il faut prendre soin de son corps et se laver.

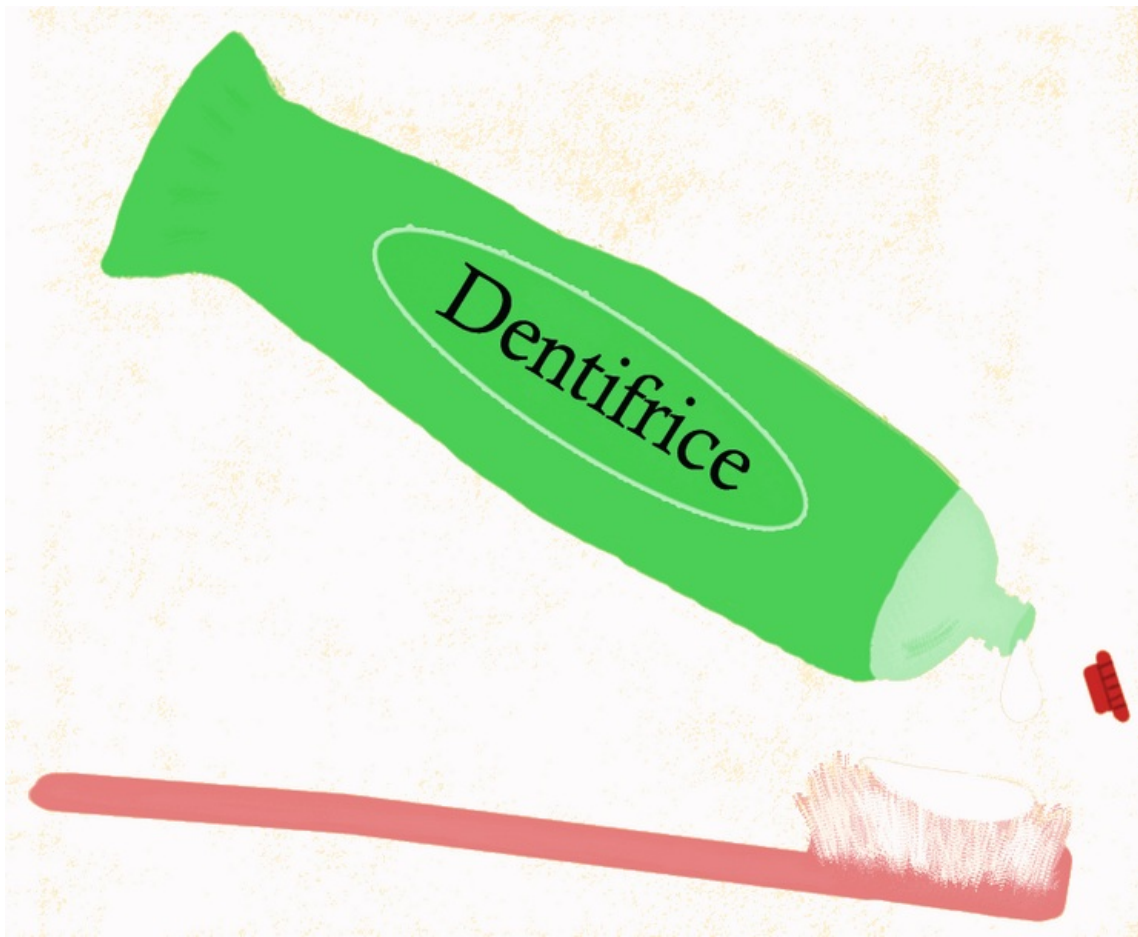
Prends un **bain** ou une **douche** chaque jour.



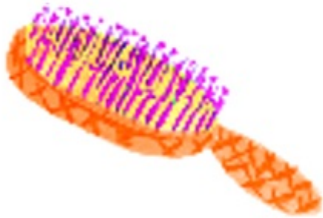
Lave-toi bien les mains aussi souvent que possible (en sortant des toilettes, avant et après les repas, après avoir caressé un animal ou après avoir touché un objet sale).



Après les repas, si c'est possible, et le soir avant d'aller te coucher il faut te **laver les dents** avec une brosse et du dentifrice.



N'oublie pas de te **laver les cheveux** et de les **coiffer**.



Change de sous-vêtements (culotte ou slip, chaussettes) chaque jour.

