





# Окуу чунун эсине!



**БЕТКАП ТАГЫНУУ**  
СОГУУ ЖУКТУУУ ТӨСӨӨЛЧӨЛӨГҮН  
ТЫМОНДОТУУ

**ST®P**

**Тазалыкта бол!**

**Бет капты тагынгыла!**

**Ортоңку аралыкты (метр) Сактагыла!**

Күн сайын жергиликтүү тазалык үчүн антисептиктерди колдонуу керек!

Бардык бөлмөлөрдү үзгүлтүксүз желдетип тургула!

Жетелгенде же чүчүргөндө оозуңарды, мурдугуңарды каптап алыңар же мылкангыңарды минаңга тоскула. Ошондой эле нир-өлүмүңүз мекен бети-башыңарды кызыл-кызыл тазалагыла.

**Кируу фильтри**



Укуктарыбыздан тышкары милдеттерибиз да бар экендигин унутпашыбыз керек

**БИЗ  
ЗОРДУК  
ЗОМБУЛУККА  
КАРШЫБЫЗ !**

Балдарыбыз өксүбөй жетилсин!



# Ден соолук бурчу

### Менен ден соолугуңа жана көңүлүңдү болушуңа **ТУЗДУК** керек!

Темир конктыган танаак аягыңар:

- ачык абада, көрсөтүлгөн жерде
- ачык, ыңгайлуу, күнчөйөм саябаттын жайгаштырылышы

### Ар күнү **ТУЗДУК** тузду пайдалануу менен биз:

- дени сак
- күчтүү
- аяңдуу
- чыйрак
- сулуу **Болубуз!**

Йоддолгон тузду сатып алып жатып, аны бупарга көңүр бургула!

**Тузду сактоо:**

- ачык жерде
- кургак жерде
- сейилме жерде

Тузду ичкенде ачык абада ичкенде сактоо аяңдуу болушуңа, күчүңгү сабаттуу болушуңа, аяңдуу болушуңа, чыйрак болушуңа, сулуу болушуңа жардам берет.

### 7

Сунду ичкен-ичкени инфекциясы менен сабат!

Бир аягыңарда аягыңар да ден соолук бурчу!

## АР БИР БАЛАГА ЧЫН ДЕН СОЛУК

### ДЕН СОЛУК БУРЧУ

### СПИД

1-фактор, 2-фактор, 3-фактор, 4-фактор

### ДЕН СОЛУК БУРЧУ

#### БЕЗГЕК

Безгек - бул ден соолук бурчу.

### КОЛЕРА

Холера - бул аяңдуу инфекциялык оору.

### КУРГАК УЧУК

Кургак учук - бул аяңдуу инфекциялык оору.

### КУТУРМ

КУРЧ ЖУГУШТУ













