



أمسح عيني بمنديل نظيف



أعقم عيني بإشراف احد الوالدين



أنظف أسناني بالفرشاة والمعجون



أنظف شعري بالشامبو



أقص أظفاري بالمقص



أغسل جسمي بالليفة والصابون

وحدة صحي وسلامتي



أغسل يدي بالماء والصابون



أمسح أنفي بمنديل نظيف



أستخدم أدوات النظافة الخاصة بي فقط