

آمین نامه بهداشتی دبیرستان انوارالعلوم



- فرزندم فندان زیبا مانند گردنبند مرواریدی می باشد پس در حفظ این نعمت زیبا کوشا باش.

- مکمل آهن و ویتامین دی لازمه سن شماست جهت حفظ سلامت خود در آینده لطفا درست مصرف کن.

- بهترین دوستت پدر و مادر و معلمت هستند سعی کن حرفیات را به آنان بزنی.

- در صورت بروز هرگونه مشکل اعم از جسمی و روحی به مربی اطلاع بده تا کمک کند.

- استفاده از وسایل شخصی مثل لیوان و... لازمه یک دانش آموز بزرگ و فمیده است.

- سعی کن در سالن ورزشی مراقب وسایل شخصی اعم از لباس و مقنعه و کفش و... خودت باشی.

- فرزندم ناخن بلند زیباست ولی برای جلوگیری از رشد میکروب و آلودگی سعی کن کوتاه نگهش داری.

- در صورت داشتن تب و علائم بیماری مربی را در جریان بگذارید.

- خشم خودت رو کنترل کن و با دوستانت مهربان باش.

- فرزندم بعد از استفاده از سرویس بهداشتی از فلاش تانک استفاده کرده و در حفظ بهداشت آن کوشا باش.

- خواب کافی علاوه بر افزایش تمرکزت در درسهات، باعث زیبایی پوستت هم میشود، پس سعی کن شب ها زودتر بخوابی.

- هر روز سعی کن صبحانه میل کنی، زیرا صبحانه باعث تناسب اندام و افزایش یادگیری می شود.

- با سفیران مدرسه در حفظ بهداشت مدرسه همکاری کن.

تهیه و تنظیم: دیوبند- بوجاران

www.behdashTiha.com

