

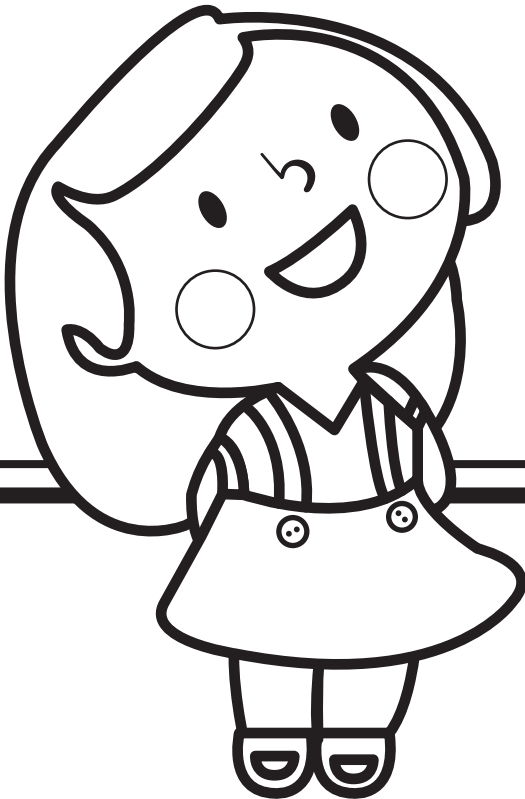


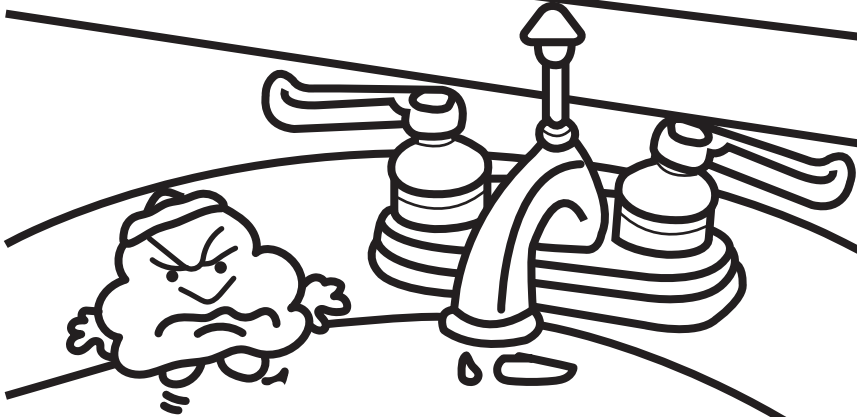
Nosotros
**cuidamos
nuestra
salud**

World Vision

Por los niños

Nosotros
**cuidamos
nuestra
salud**

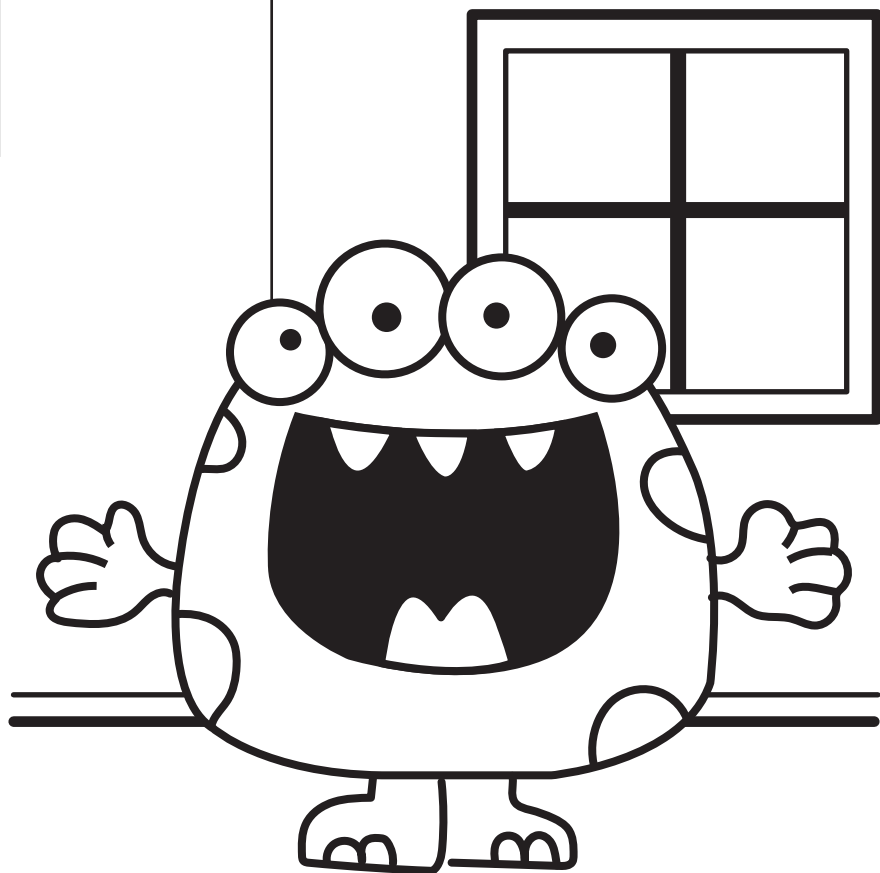




Virus y bacterias



Los virus y bacterias se encuentran en el ambiente.
Pinta los virus y bacterias que encuentres en el dibujo.



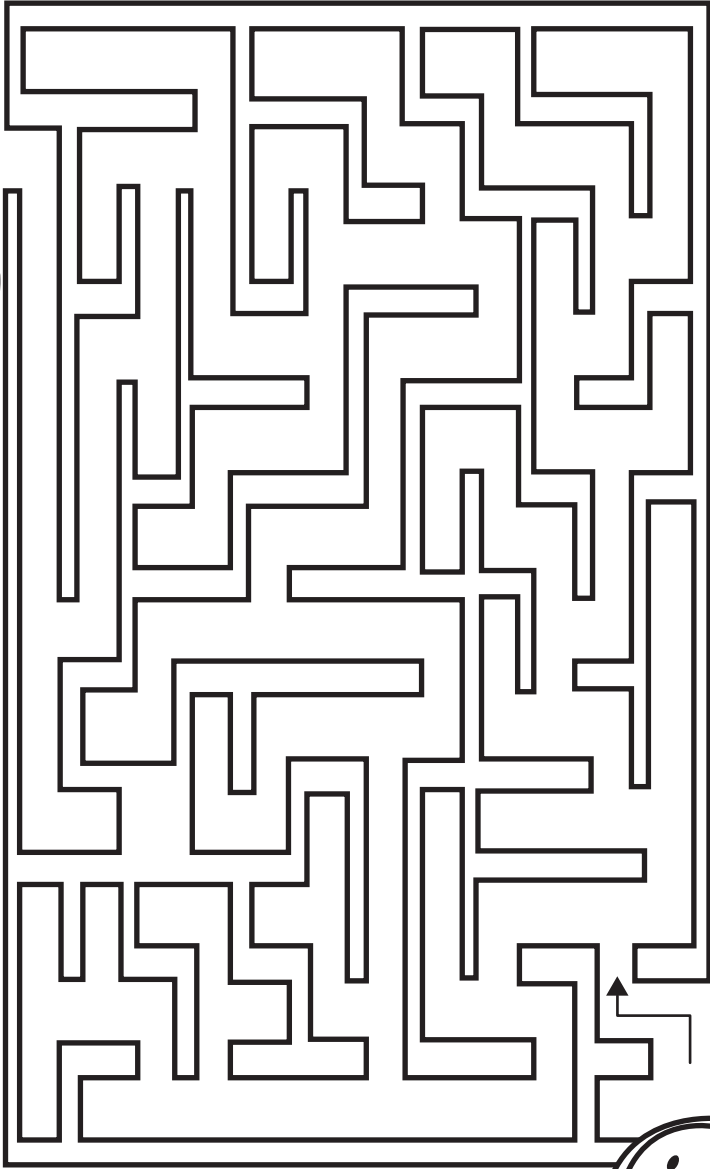
¿Dónde viven?

Escribe o dibuja algunos de los lugares donde viven
los virus y bacterias.

Lavamos nuestras manos

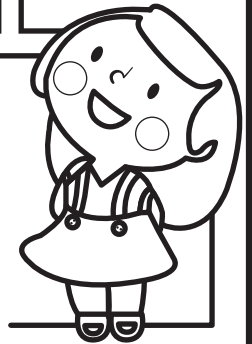


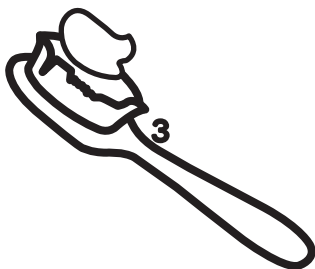
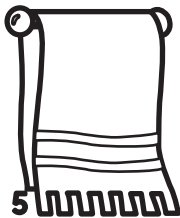
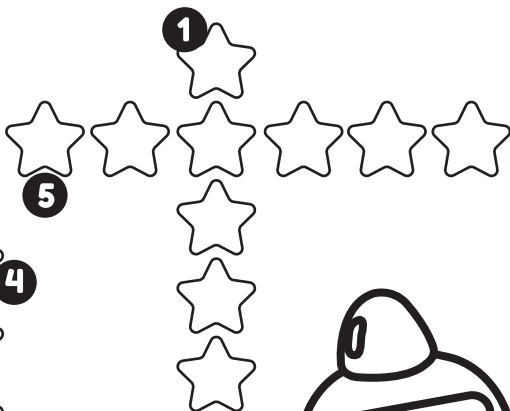
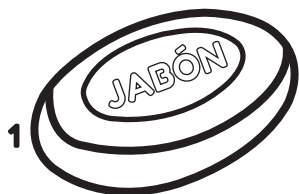
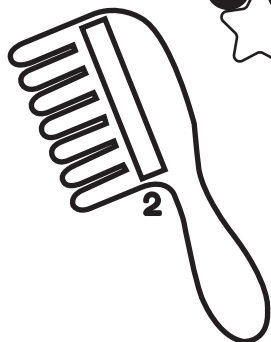
Lavamos nuestras manos con agua limpia y jabón cada vez que vamos al baño, después de jugar, antes y después de cada comida; y cada vez que regresamos de la calle a nuestra casa.



¡Ayúdame a cruzar el laberinto!

Iniciando en la flecha, encuentra el camino para llegar al jabón de manos para tener unas manos limpias y libres de gérmenes.





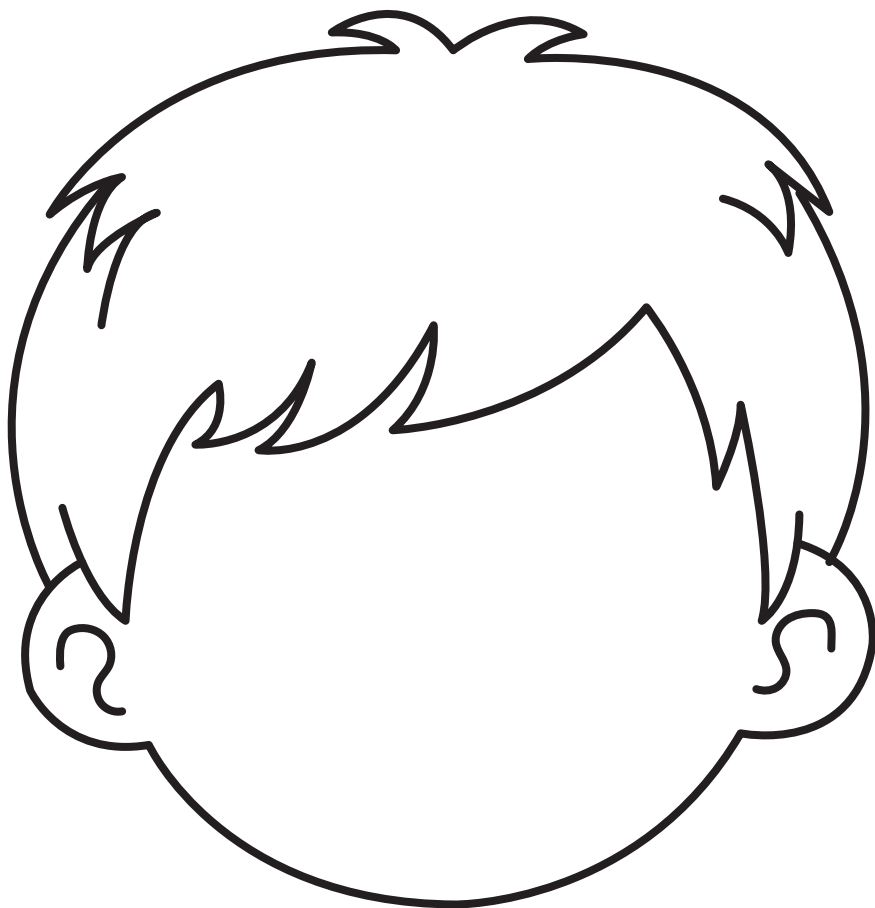
¿Qué puedo usar para cuidar mi higiene?

Realiza este crucigrama y descubre algunas cosas que nos ayudan a mantenernos limpios y saludables.



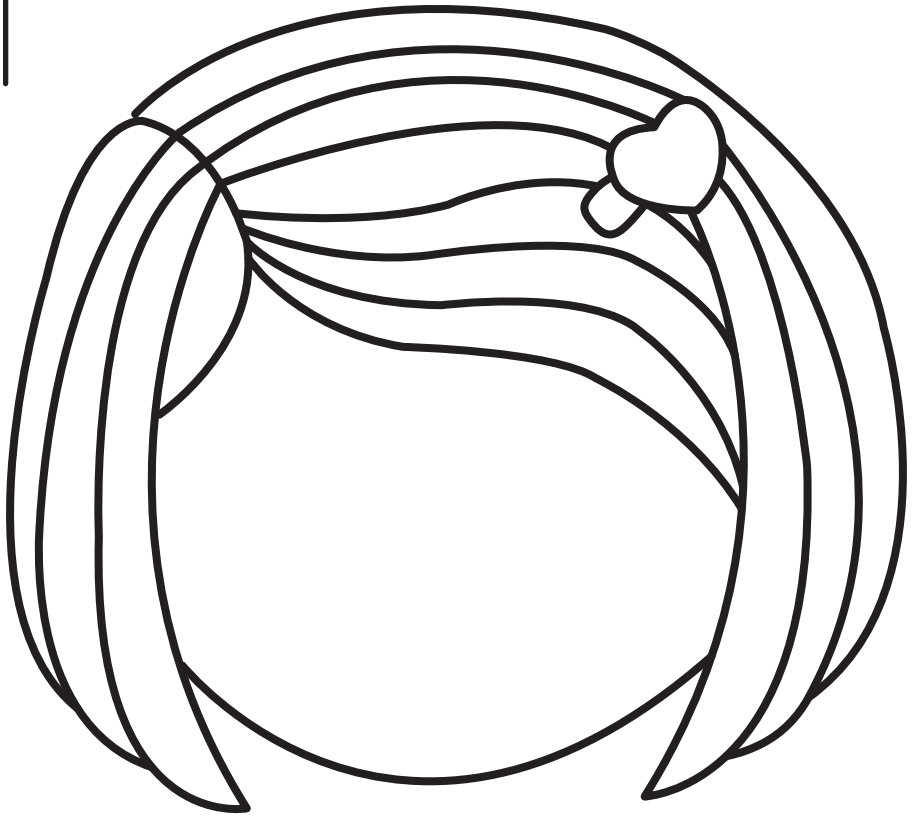
Quando nos sentimos bien...

Escribe o dibuja algunas de las cosas que puedes hacer cuando tu salud está bien.



¿Qué puedes hacer para mantenerte sano?

Dibuja o escribe algunos ejemplos y dibuja cómo crees que se ve un niño sano.



¿Qué comes para mantenerte sano?

Haz un listado de comida saludable y dibuja algunas de esas comidas.

Dibuja cómo crees que se ve una niña sana.

¿Cómo

lavarse

las manos?

World Vision

Por los niños



1 Mójate las manos con agua.



2 Aplica suficiente jabón para cubrir toda la superficie de las manos.



3 Frota las palmas de las manos entre sí.



4 Frota la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa.



5 Frota las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.



6 Frota el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándote los dedos.



7 Frota con un movimiento circular el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa.



8 Frota la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento circular y viceversa.



9 Enjuágate las manos con agua limpia.



10 Sécate con una toalla limpia, desechable o al aire libre.



11 Puedes utilizar una toalla para cerrar el grifo.



12 ¡Tus manos quedarán limpias, libres de virus y bacterias!

Recuerda que lavar tus manos es importante para prevenir enfermedades.
Lavarte las manos no tomará más de **40-60 segundos.**



Comparte esta información
con tu familia y amigos

World Vision

Por los niños

www.worldvision.org.gt

#PorSuSalud #PorLosNiños