

Trường tiểu học Cao Viên I

TUYÊN TRUYỀN **Vệ sinh cá nhân, vệ sinh đồ dùng đồ chơi** (Gửi trên nhóm Zalo các lớp)

Kính thưa các thầy cô giáo, cùng toàn thể các bạn học sinh thân mến!

Giữ gìn vệ sinh cá nhân và vệ sinh đồ dùng, đồ chơi là một trong những việc làm rất quan trọng giúp chúng ta phòng tránh bệnh tật, giữ cơ thể khỏe mạnh, học tập tốt và luôn vui tươi mỗi ngày.

1. Vệ sinh cá nhân

Các bạn nhỏ cần nhớ thực hiện đều đặn những việc sau:

- Rửa tay **bằng xà phòng và nước sạch** trước khi ăn, sau khi đi vệ sinh, sau khi chơi đùa hay tiếp xúc với vật nuôi.
- **Đánh răng ít nhất 2 lần mỗi ngày**, buổi sáng sau khi ngủ dậy và buổi tối trước khi đi ngủ.
- **Tắm gội sạch sẽ** hàng ngày, đặc biệt sau khi vận động hoặc chơi thể thao.
- **Cắt móng tay, móng chân thường xuyên**, không để dài và bẩn.
- Mặc quần áo **sạch sẽ, gọn gàng**, thay đồ lót mỗi ngày.
- Che miệng khi ho, hắt hơi để tránh lây bệnh cho người khác.

2. Vệ sinh đồ dùng học tập

- Giữ **sách vở, cặp sách, bút, thước...** luôn sạch sẽ, ngăn nắp.
- Không vẽ bậy, làm rách hoặc làm bẩn sách vở.
- Thường xuyên lau sạch **bàn ghế học tập, khăn lau bảng, và đồ dùng học tập cá nhân**.
- Không dùng chung **khăn mặt, cốc uống nước, bàn chải đánh răng** với bạn khác để tránh lây bệnh.

3. Vệ sinh đồ chơi

- Chỉ chơi với **đồ chơi sạch**, được làm từ vật liệu an toàn, không sắc nhọn.
- **Rửa sạch đồ chơi bằng nước sạch hoặc xà phòng** ít nhất 1–2 lần mỗi tuần.
- Không ngậm, mút đồ chơi hoặc cho đồ chơi bẩn lên mặt.
- Khi chơi xong, **xếp gọn gàng** vào đúng nơi quy định.

4. Lợi ích của việc giữ gìn vệ sinh

Khi thực hiện tốt vệ sinh cá nhân và đồ dùng, chúng ta sẽ:

- Phòng tránh được nhiều bệnh truyền nhiễm như **tay chân miệng, cúm, đau mắt đỏ, giun sán...**

- Giúp **cơ thể khỏe mạnh, tinh thần thoải mái**, học tập tốt hơn.
- Tạo **thói quen tốt, nếp sống văn minh, gọn gàng và sạch sẽ**.

➤ **Các bạn học sinh thân mến!**

Một cơ thể sạch sẽ, một bàn học ngăn nắp, một đôi tay luôn thơm mát chính là bí quyết để chúng ta vui học – khỏe mạnh – hạnh phúc mỗi ngày. Hãy cùng nhau rèn luyện thói quen giữ gìn vệ sinh cá nhân, vệ sinh đồ dùng và đồ chơi, để trường học của chúng ta luôn xanh – sạch – đẹp – an toàn nhé!

Người làm tuyên truyền
(*Y tế trường*)



Nguyễn Văn Biển