

பகுதி - 14

நிலை - 14: நோய்வாய்ப்பட்டிருக்கும்போது சுத்தம்

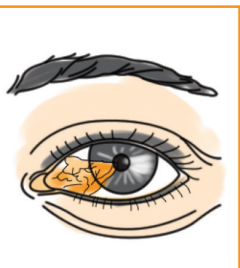
1 காய்ச்சலுடன் போரிடுக

1. நமக்கு காய்ச்சல் வரும்போது, நாம் செய்ய வேண்டிய செயல்களில் 'புன்னகை' (☺) குறியீடு வரைக. செய்யக்கூடாத செயலில் 'வருத்தம்' (☹) குறியீடு வரைக.

| செயல்கள்                              | ☺ அல்லது ☹ |
|---------------------------------------|------------|
| A. உணவைப் பிறருடன் பகிர்ந்துகொள்ளுதல் |            |
| B. கால்பந்து விளையாடுதல்              |            |
| C. லேசான உணவைச் சாப்பிடுதல்           |            |
| D. குளிர்ந்த பழரசம் குடித்தல்         |            |
| E. சுத்தமான ஆடைகளை அணிதல்             |            |
| F. நிறைய தூங்குதல்                    |            |

2 தொற்று நோய்கள்

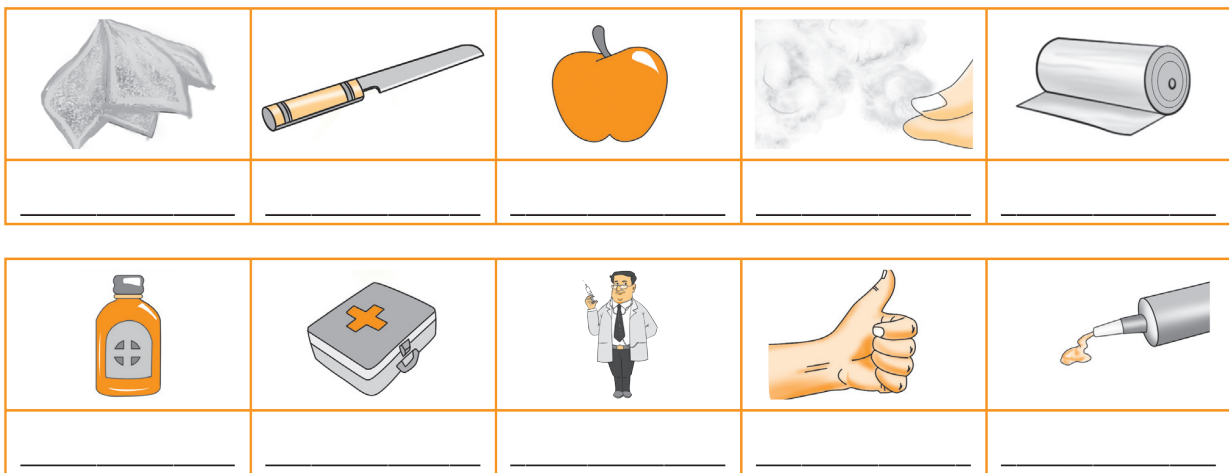
1. ரமேஷ்க்கு கண் தொற்று வந்துள்ளது. அது எப்படிப் பரவலாம்? கீழுள்ள உதவிப்பெட்டியில் உள்ள சொற்களைப் பயன்படுத்தி, பதில் எழுதுக.



நேரடி சாப்பிடுதல் பகிர்தல் மேலேபடுதல்  
உடைகள் தொடுதல் ஒன்றாக இருத்தல் மூச்சு

3 வெட்டுக்காயங்களுக்கான முதலுதவி

1. கீழுள்ள பொருள்களின் பெயர்களை எழுதுக. அவற்றிற்கு வரிசை எண்களிட்டு, கதையில் உள்ள விடுபட்ட இடங்களை நிரப்புக.



பாபு ஒரு .....ஐ ..... கொண்டு வெட்டுகிறான். அட்டா, அவன் .....ல் ஒரு வெட்டுக்காயம் ஏற்பட்டு விடுகிறது. அவன் விரைவாக தனது முதலுதவிப் பெட்டியிலிருந்து .....ஐ எடுக்கிறான். பிறகு, அவன் வெட்டுக்காயத்தின்மீது .....ஐ கொண்டு அழுத்தம் தருகிறான். அவன் பஞ்சைப் பயன்படுத்தி, அதில் ..... இடுகிறான். பிறகு, அவன் ஒரு துண்டு .....ல் .....ஐ இட்டு, அதை அங்கே வைக்கிறான். நிறைவாக, அவன் அதை ஒரு .....ஆல் மூடுகிறான். பிறகு அவன் ..... இடம் சென்று, அதை முறைப்படி பரிசோதித்துக்கொள்கிறான்.

20 விநாடிகளுக்கு கை கழுவும் முறை



வாரந்தோறும்  
**100**  
குழந்தைகளுக்குப்  
**பரிசு**

பதிலைச் சொல்லுங்க...  
பரிசை வெல்லுங்க...

கீழே கேட்கப்படும் சுகாதார கேள்விகளுக்கான சரியான பதில்களைச் சொல்லும் முதல் 100 குழந்தைகளுக்குப் பரிசுகள் காத்திருக்கின்றன.

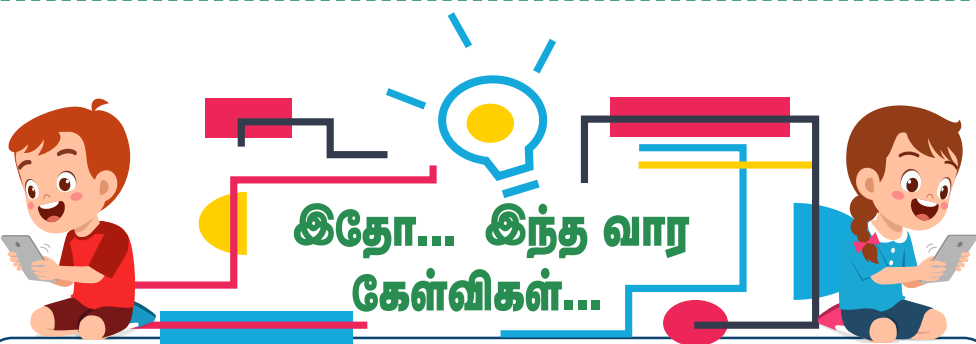
அன்புக்குழந்தைகளே..!

நாம் சுத்தமாக இருந்தால், நோய் கிருமி நம்மை நெருங்காது. நோயற்ற வாழ்வே குறைவற்ற செல்வம். ஆரோக்கியமாக வாழ வேண்டும் என்றால் நாம் சுத்தமாக இருக்க வேண்டியது மிகவும் அவசியம்.

எப்போதும் கைகளைச் சுத்தமாக வைத்திருப்போம். தினமும் பல் தேய்ப்போம். தினமும் நன்கு உடலைச் சுத்தம் செய்து குளிப்போம்.

சென்ற வார கேள்விகளுக்கான பதில்கள்

1. (C) சோப்பினால் 2. (A) பொருள்கள் செய்யலாம் 3. (B) பொறுப்பான செயல்



- யாருக்கேனும் காய்ச்சல் கண்டுவிட்டால்...  
A. விளையாட வேண்டும் B. ஓய்வெடுக்க வேண்டும் C. சாப்பிட வேண்டும்
- வைரல் மற்றும் பாக்டீரியாவால் கண் தொற்று கண்டவர்கள்...  
A. தனித்திருக்கணும் B. சேர்ந்திருக்கணும் C. குழுவாக இருக்கணும்
- கையில் வெட்டுக்காயம் ஏற்பட்டதும் செய்ய வேண்டியது...  
A. கையை உதறணும் B. கையைக் கட்டணும் C. கையை நீரால் கழுவணும்

மேலே கண்ட மூன்று கேள்விகளுக்கான பதிலை அனுப்பும் முறை

- 9940699401 என்ற வாட்ஸ்அப் எண்ணிற்கு **SSQUIZ** என்று டைப் செய்து, ஒரு மெஸேஜ் அனுப்பவும்.
- உங்களைப் பற்றிய விவரங்கள் கேட்கப்படும். தொடர்ந்து திரையில் வரும் கேள்விகளுக்கு சரியான பதிலை அளித்து, சிறப்புப் பரிசினைப் பெறுங்கள். வாழ்த்துகள்!

சரியான வார்த்தையை கண்டுபிடி...

|   |    |   |    |    |   |    |
|---|----|---|----|----|---|----|
| 1 | ச  | 2 | வி | பு | 4 | பா |
|   |    |   |    |    |   |    |
|   | த  |   | ல் | ர  |   | ம் |
|   | ம் |   |    | 3  |   | ந  |



மேலிருந்து கீழ்:

- இது அதிகமானால் காது பாதிப்படையும் (4 எழுத்து)
- இதன் நுனியில் நகம் இருக்கும் (3 எழுத்து)
- செருப்பு அணியும் இடம் (3 எழுத்து)

கீழிருந்து மேல்:

- மனித உடம்பெங்கும் இருப்பது (4 எழுத்து)

இதில் விடுபட்ட நான்கு எழுத்துக்களிலும் மனிதன் உயிர்வாழ அவசியமான ஒன்றின் பெயர் கலைந்துள்ளது. அது என்ன வார்த்தை என்பதைக் கண்டுபிடியுங்கள்...



QR Code-ஐ ஸ்கேன் செய்து சுகாதார விழிப்புணர்வு பாடல்களைக் கண்டும், கேட்டும் மகிழுங்கள்.

