

ایمن، باهوش و سلامت - کلیدهای موفقیت در خانه جدید

بهداشت شخصی - 1

Safe, Smart and Healthy – Keys to Success in Your New Home Personal Hygiene - 1

FARSI

<p>خانم لی می داند که حفظ بهداشت فردی بسیار اهمیت دارد. همچنین بهداشت فردی در سلامت خانواده شما نقش مهمی ایفا می کند. اگر دندان های شما، و یا بدن و لباس های شما تمیز نباشد و مرتباً شسته نشود، ممکن است بیمار شوید. خانم لی می داند که نظافت فردی همچنین می تواند باعث موفقیت وی در کار و موفقیت دخترش در مدرسه باشد.</p>	<p>Mrs. Li has learned how important it is to take care of personal hygiene. Personal hygiene is very important to the health of your family. If your teeth, body, and clothes are not kept clean and washed frequently, you can get sick. Mrs. Li knows that personal cleanliness is also important so that she can be successful at work, and her daughter can succeed at school.</p>
<p>خانم لی و دخترش از دهان و دندان هایشان به صورت ویژه ای مراقبت می کنند. مسواک زدن دندان ها با مسواک و خمیر دندان، هر روز صبح و همچنین قبل از خوابیدن بسیار مهم است. اگر دندانهایتان را به طور منظم مسواک نزنید، ممکن است خراب شده و تولید درد کنند و یا حتی بیفتند.</p>	<p>Mrs. Li and her daughter give special care to their mouth and teeth. It is very important to brush your teeth with a toothbrush and toothpaste every morning, and also before you go to bed. If you don't brush your teeth regularly they will become infected and can cause you pain. They might even fall out.</p>