

BESLENME ALIŞKANLIKLARIN

عادات الطعام



AKLINI
PEYNİR EKMEKLE YE,
AYVAYI
YIKAMADAN YEME!
قبل الأكل، غسل إيدك
يا قمر بالصابون
وبالحجر!

NASIL SU İÇMELİSİN?

كيف يجب عليك شرب الماء؟

Susadığın zaman su içmeyi ihmali etme.

لا تهمل شرب الماء عندما تشعر بالعطش.



Unutma, ellerini yıkamak için kullandığın su,
içmek için uygun olmayabilir.

لا تنسى أن الماء الذي تستخدمنه لغسل يديك قد لا يكون
صالحا للشرب.

İçme suyu içerken, mutlaka temiz bir bardak kullan.

تأكد من إستخدام كأس نظيف خلال شرب الماء.



Bardağın temiz değilse,
ellerini yıkamak için kullandığın suyla yıkayabilirsin.

إذا كان كأسك غير نظيفا، يمكنك غسله بالماء الذي تستخدمنه
من أجل غسل يديك.

Bardağını başkasıyla paylaşıyorsan,
her kullanımdan önce muhakkak yıka.
إذا كنت تشارك أحدا آخر بكأسك، تأكد من غسل الكأس
قبل كل إستعمال

Ellerin kirliyse, temiz bardağın dokunmadan önce
ellerini yıkaman gerektiğini hatırlıysan değil mi?
أنت تذكرة أنه يجب عليك غسل يديك قبل ملمسك للكأس
نظيف إذا كانت يديك متتسخة، هل هذا صحيح؟



hayatadestek



Save the Children