

SAÇLARIN VE VÜCUDUN شعرك وجسمك

SAÇLARINA
ÖZEN GÖSTERMЕYİ
ÖNEMSEMİYORSAN
SAÇMALIYORSUN!

إن كنت لا تقوم بالعناية
بشعرك إذاً فأنت تهدي



SAÇLARINI VE VÜCUDUNU NASIL YIKAMALISIN?

كيف يجب عليك غسل شعرك وجسمك؟

SAÇLARINI VE VÜCUDUNU DÜZENLİ OLARAK YIKA. BÖYLECE HER ZAMAN TEMİZ KALIR SIN.

قم بغسل شعرك وجسمك بشكل منتظم. هكذا فإنك سوف تبقى نظيفا دائماً

Sağclarını ve vücudunu önce su ile ıslat,
sonra sabun ya da şampuan ile iyice köpürt.
قم بغسل شعرك وجسمك بالماء أولاً، بعد ذلك قم بالفرك
بالصابون أو الشامبو إلى حد ظهور فقاعات الرغوة.



Sağclarını ve vücudunu köpükler eşliğinde
iyice ovaladıktan sonra, bol suyla durula.
بعد فرك شعرك وجسمك جيداً بصحبة الرغوة، قم
بالشطف بإستخدام الماء الوفير.



Yıkandıktan sonra saçını tara. Saçlarını taradıktan sonra
ellerini de yıkamaya biraz önce söz vermişsin!

قم بتمشيط شعرك بعد الاستحمام. قبل قليل لقد
وعدت بغسل يديك بعد تمشيطك لشعرك!



Özellikle kışın, saçların ıslak kalırsa hasta olabilirsin.
Saçlarını havluyla kurulamaya üşenme!

إذا بقي شعرك مبتلاً فإنه سوف تصاب بالمرض، خصوصاً
في فصل الشتاء. لا تتကاسل عن تجفيف شعرك بالمنشفة!



hayata destek



Save the Children