

# Das nützt der Gesundheit

- ⇒ Ich \_\_\_\_\_ täglich Gesicht, Hände, Hals, Ohren....
- ⇒ Ich \_\_\_\_\_ oder \_\_\_\_\_, wenn ich verschwitzt bin.
- ⇒ Ich \_\_\_\_\_ meine Haare und \_\_\_\_\_ regelmäßig meine Nägel.
- ⇒ Ich \_\_\_\_\_ jeden Tag frische \_\_\_\_\_ an.
- ⇒ Vor dem \_\_\_\_\_ wasche ich meine Hände.
- 😊 Ich esse viel \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ und \_\_\_\_\_.
- 😞 Ich versuche nicht zu viel zu \_\_\_\_\_.
- 😊 Ich putze zweimal täglich meine \_\_\_\_\_.

Merksatz:

---

Obst

Gemüse

Körperpflege

⇒ wasche, schneide, kämme, bade, dusche, Essen,  
Unterwäsche, ziehe



naschen, Zähne, Obst, Gemüse, Vollkornbrot

Schreib diesen Merksatz mit rot auf den Strich:

Im gesunden Körper steckt ein gesunder Geist!