



يجب غسل الأيدي بألماء و الصابون الخالي من الروائح و الألوان الصناعية و المواد الحافظة و كذا المواد البيتروكيمياوية ، لذل يوصى بتجنب الصابون المضاد للبكتيريا.



بعد استخدام الحمام



بعد اللعب مع الحيوانات
الأليفة



بعد لمسك للجروح



بعد العطس و السعال
و تنظيف الأنف



قبل و بعد تناول الطعام



بعد اللعب بالخارج

الأسنان نعمة من نعم الله علينا حيث أنها تفيد في مضغ الطعام، سلامة النطق، حسن المظهر من خلال الابتسامة الجميلة، و حمايتها من التسوس يجب اتباع الخطوات التالية :

- اقتناء فرشاة اسنان ناعمة ذات حامل قصير و عنق مرن لضمان الوصول الى جميع أسطح الأسنان
- اقتناء معجون اسنان يحتوي على الفلوريد لضمان حماية اسنانك
- تفريش الاسنان مرتين في اليوم على الاقل
- تفريش جميع اسطح الاسنان بالطريقة التالية :

أحرف الفرشاة بزاوية 45° مقابل خط اللثة
ثم فرش الأسنان الأمامية و السفلية بشكل أفقي



فرش بلطف الجانب الداخلي و الخارجي و العلوي
من كل سن بشكل عمودي



أخيرا فرش لسانك بلطف لتعطر أنفاسك
و تتخلص من البكتيريا



اعتني بجسديك التنظيف البدني





لاقتناء غاسول الشعر، معجون الاسنان، صابون او أي منتج تجاري يجب عليك عزيزي الطفل قراءة وسمه تفاديا لشراء منتجات مقلدة قد تضر بصحتك، و هو بيانات مكتوبة باللغة الوطنية تتضمن :

تسمية المنتج

تركيبة و شروط استعمال المنتج

اذا كان عنصر مكون يدخل في

التسمية التجارية للمنتج يجب ذكر نسبته

الظروف الخاصة بالحفظ أو التخزين

اسم و عنوان المنتج او المستورد و كذا بلد المنشأ

الكمية الصافية معبر عنها بوحدة القياس

العالمية مثلا 250 ملل

ركز على تاريخ الصنع و انتهاء مدة صلاحية

المنتج مثلا

P 01/2012

E 01/2015



يجب اختيار غاسول شعر الذي لا يحوي إحدى المكونات التالية المسببة للحساسية، المهيجة للبشرة او المرطنة وهي :

- كواتيرينيوم 15 Quaternium
- واميدازوليدينيل يوريا Imidazolidinyl urea
- والبارابنز Parabens
- دي إيثانول امين (DEA) Diethanolamine
- تري إيثانول امين (TEA) Triethanolamine

وأفضل المواد الحافظة هي مشتقات بذور الليمون والفيتامينات

(A و C و E) وكذلك الفينوكسي اتانول Phenoxyethanol

بعد الغسل بالصابون ينصح باستعمال دهون ناعمة طبيعية او غاسول يحتوي على زيوت نباتية مشبعة مثل جوز الهند او السمسم مع الاعشاب الاذريون Calendula وزهرة العطاس Arnica حيث ان الاطفال لا يتحسسون لهذه الاشياء.

مثبت الشعر

تنتشر بين اوساط الشباب ظاهرة استخدام مثبت الشعر او ما يعرف "بالجال" من اجل تثبيت تلين، تلميع، تصفيف الشعر لمدة من الزمن. مع العلم انه يحتوي على ماء، كحول، مواد مطرية، مواد مثبتة و مواد حافظة قد تسبب حكة مع جفاف في الجلد و فروة الرأس و تكسر و تقصف الشعر.

هذا الجفاف يرجع لوجود الكحول. أما تكسر و تقصف الشعر فيرجع لإنسداد المسامات مما يؤدي الى عدم وصول الأكسجين الى الشعر.

لهذا يجب تجنبه باستعمال شامبو طبيعي مصفف للشعر أو الزيوت الطبيعية مثل زيت الزيتون، زيت جوز الهند و زيت اللوز لكن بكميات قليلة جدا، لكي تظفي على الشعر طبقة صحية و تثبته و تقويه و تعطيه لمعانا و تمنع تقصفه.

تواصلوا معنا على الموقع الإلكتروني :

www.dcommerce-msila.dz/pc و www.dcommerce-msila.dz

أو على البريد الإلكتروني :

dcommercemsila.@gmail.com

كما يمكنكم التواصل معنا على الأرقام التالية :

الهاتف : 035-33-85-54 الفاكس : 035-33-85-82