

## EGÉSZSÉG-TOTÓ (ALSÓ TAGOZAT)

1. Mi az egészség fogalma?
  - a) nem vagyok beteg
  - b) fizikailag jól érzem magam
  - c) testi-lelki-társadalmi harmónia
2. Melyik az egészségesebb fehérnemű viselet?
  - a) pamut, cérna
  - b) nylon, műszál
  - c) kevertszálú
3. Milyen időközönként helyes fehérneműt váltani?
  - a) hetenként
  - b) naponta
  - c) két- három naponta
4. Melyik fürdési mód a legegészségesebb?
  - a) kádfürdő
  - b) közös medence
  - c) zuhanyfürdő
5. Milyen gyakran mossunk haját?
  - a) hetenként
  - b) 10 naponként
  - c) naponta
6. Milyen módon mossunk kezet?
  - a) szappan nélkül, csak vízben
  - b) szappannal és körömkefével
  - c) szappannal
7. Mi okoz bőrgombásodást?
  - a) szűk cipő
  - b) nedvesen maradt testhajlat
  - c) faggyúmirigy eldugulás
8. Lábmosás után mi a fontosabb?
  - a) lábhintőport használni
  - b) tiszta zoknit húzni
  - c) körmöt vágni
9. Milyen típusú arcbőrt helyes kénes szappannal mosni?
  - a) száraz
  - b) normál
  - c) zsíros