

Leo e Lina: Gli Eroi del Benessere



Ciao a tutti vi presento LEO!!!!!!



**IL SUO GIOCO
PREFERITO E'
SALTARE NELLE
POZZANGHERE,
GIOCARRE NEL FANGO
E CON LA TERRA!**

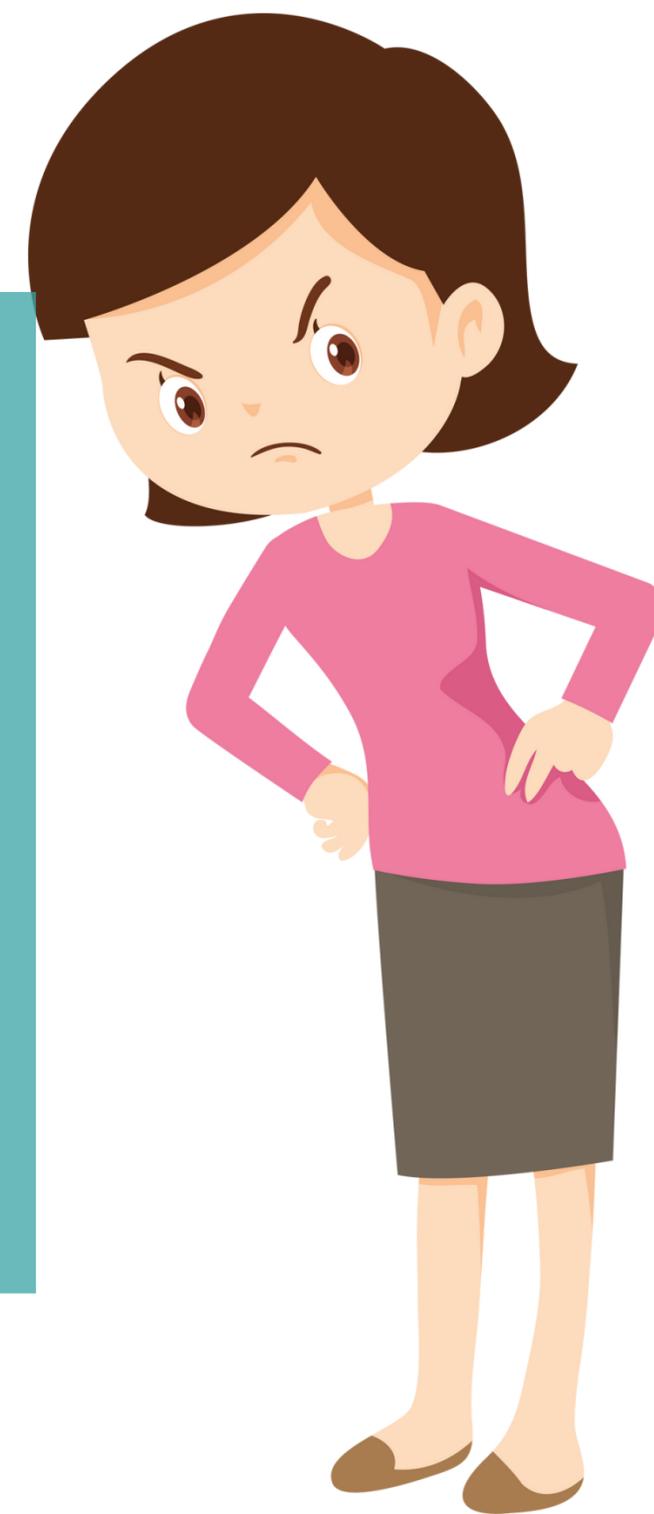


LA COSA CHE LEO DETESTA
DI PIÙ

E' LAVARSI...

la mamma gli dice sempre:

"Lavati bene,
vedrai se no come ti ammali"

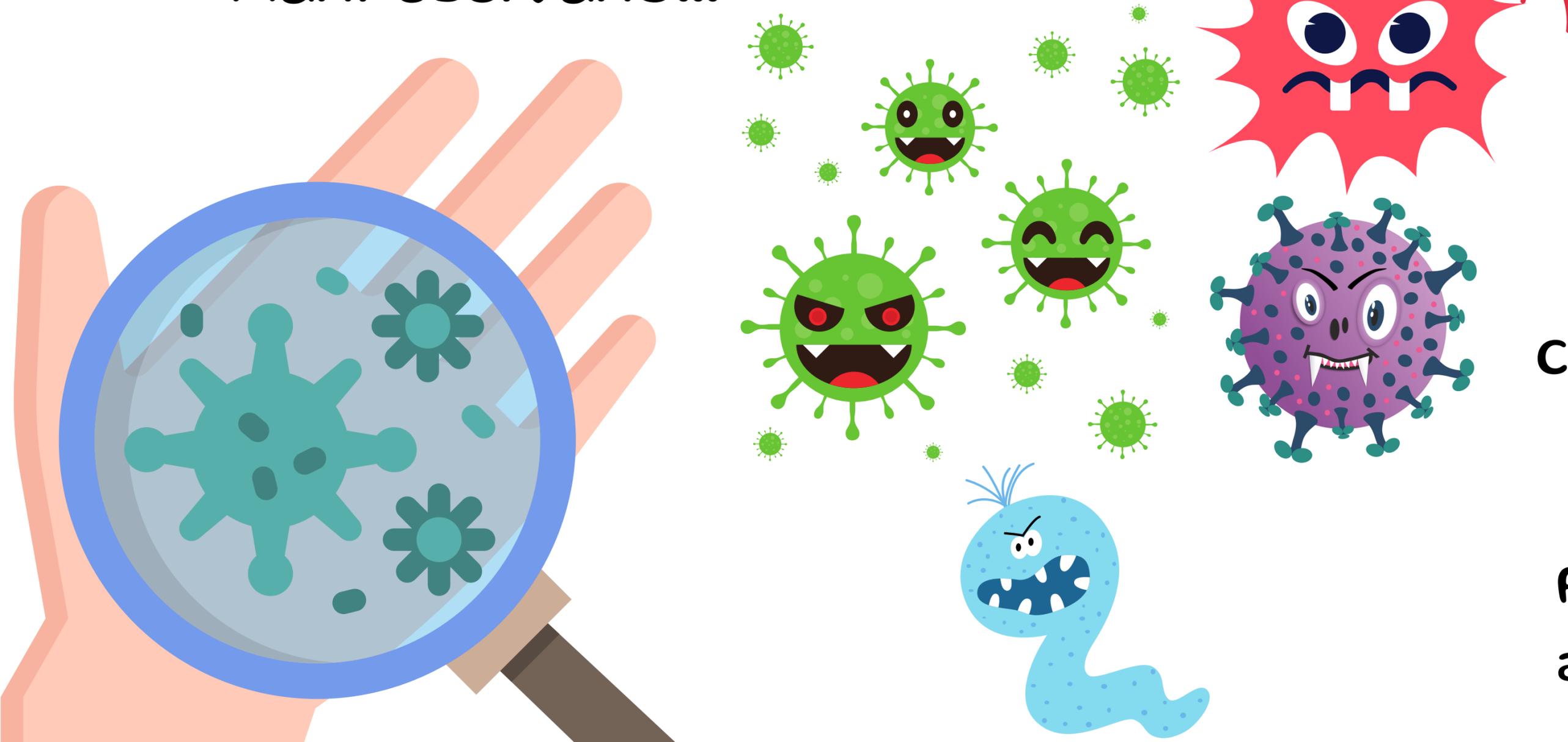




una notte in sogno...

sogno' le sue mani
dopo un pomeriggio al
parco giochi e da queste
mani uscivano...

Virus e batteri che lo
attaccavano e lo
facevano stare male!



Con uno sguardo
terrificante e
minaccioso
Forse la mamma
aveva ragione?

Il mattino dopo a scuola andò subito dalla sua migliore amica Lina...



Lina stanotte ho fatto
un incubo
che sembrava troppo
reale...



E racconta di virus come mostri,
di mani sporche, di batteri che lo
rincorrevano con sguardo minaccioso.
Aveva capito che poteva ancora giocare
nella terra e nel fango, ma aveva ragione
la sua mamma
DOVEVA LAVARSI BENE.

Lina allora gli dice:
ABBIAMO UNA MISSIONE
DIVENTEREMO GLI
EROI DEL BENESSERE



e in un attimo ci fu una magia...

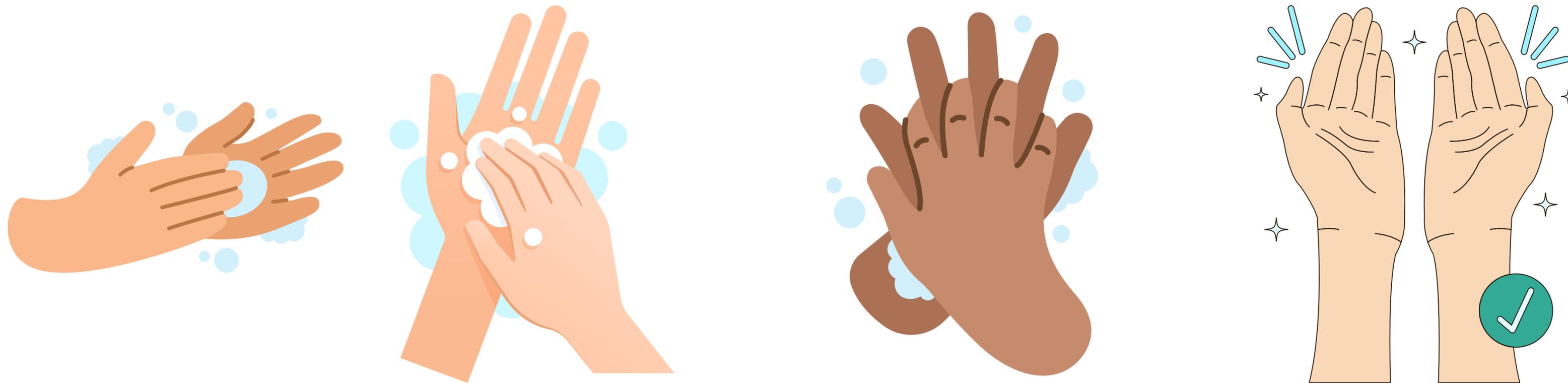
Ci fu una trasformazione...

IO SONO LEO
IL SUPER EROE
DELL'IGIENE
LA MIA MISSIONE
SARA' RACCONTARE
A TUTTI
QUANTO SIA
IMPORTANTE
LAVARSI BENE
PER UCCIDERE BATTERI
E
VIRUS



**IO SONO LINA
E SARO' L'EROINA DELLA
SALUTE
INSEGNERÒ AGLI ALTRI
BIMBI
L'IMPORTANZA DI STARE BENE**





La prima missione: sconfiggere i germi!

Leo e Lina sanno che lavarsi le mani è il superpotere contro i germi invisibili

Lo raccontano a tutti i loro amici...



**4 PASSAGGI
PER LAVARSI BENE
LE MANI**

Noi non vediamo i batteri e i virus,
ma se non ci laviamo bene le mani con acqua e
sapone **NON LI ELIMINEREMO**
CHE COSA POTREBBE SUCCEDERE?

1) **METTO LE MANI IN BOCCA** e faccio entrare
i germi dentro di me!

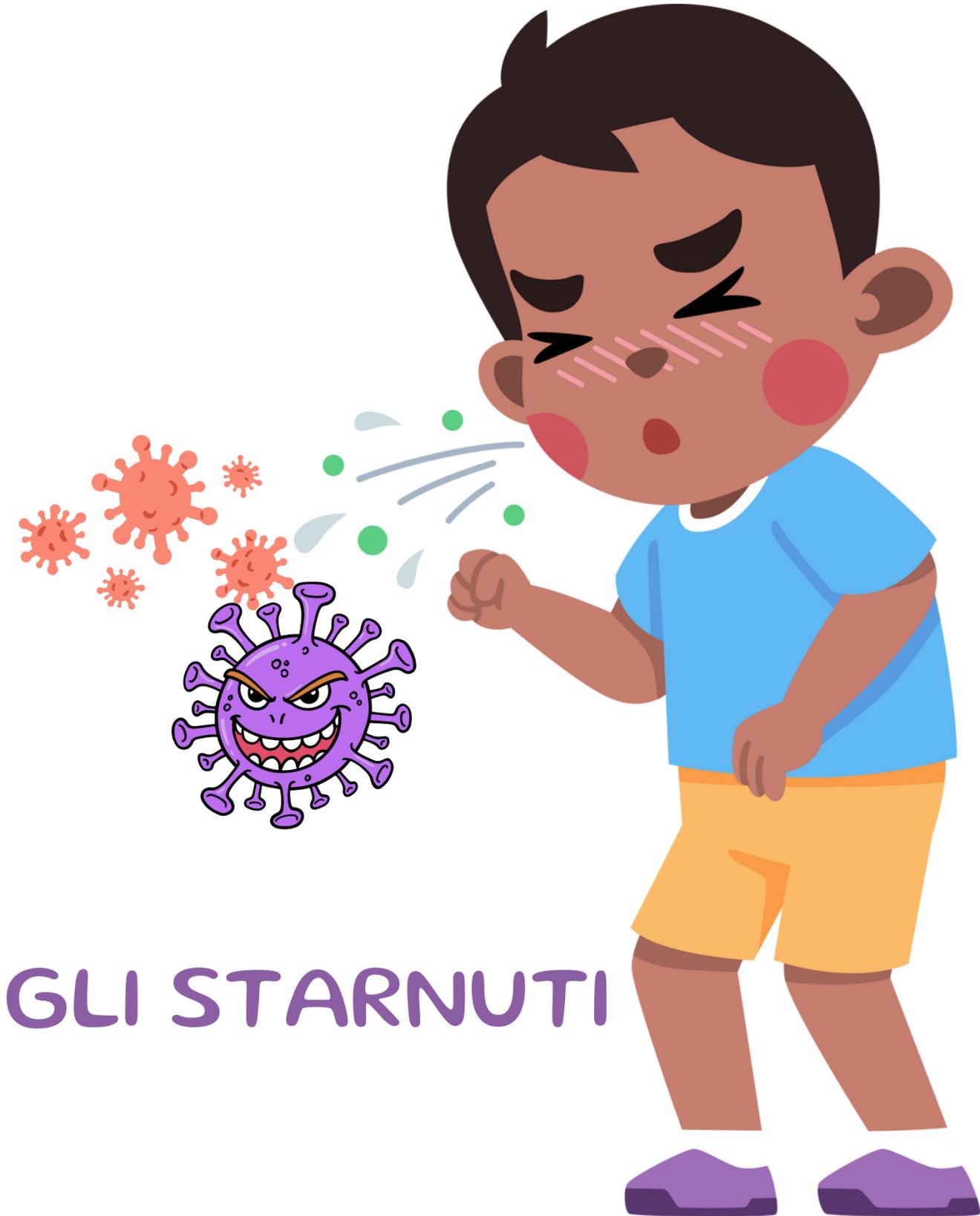


2) **PRENDO OGGETTI E LI METTO IN BOCCA**
(anche sugli oggetti non vediamo
batteri e virus)



LEO E LINA CAMMINANDO A
SCUOLA VEDONO TANTI
BIMBI STARNUTIRE

OH NO!!!
ANCHE NELLA SALIVA CI
SONO DEI GERMI
CONTAGIOSI
"E ALLORA COSA
POSSIAMO FARE?"



MISSIONE SCUDO CONTRO GLI STARNUTI

“Quando vi viene da starnutire o tossire coprite la bocca e il
naso con un fazzoletto...ah e poi **BUTTATELO**
NELL'IMMONDIZIA!!”

Ripetono in coro Leo e Lina a tutti i loro compagni di scuola
e distribuiscono fazzoletti

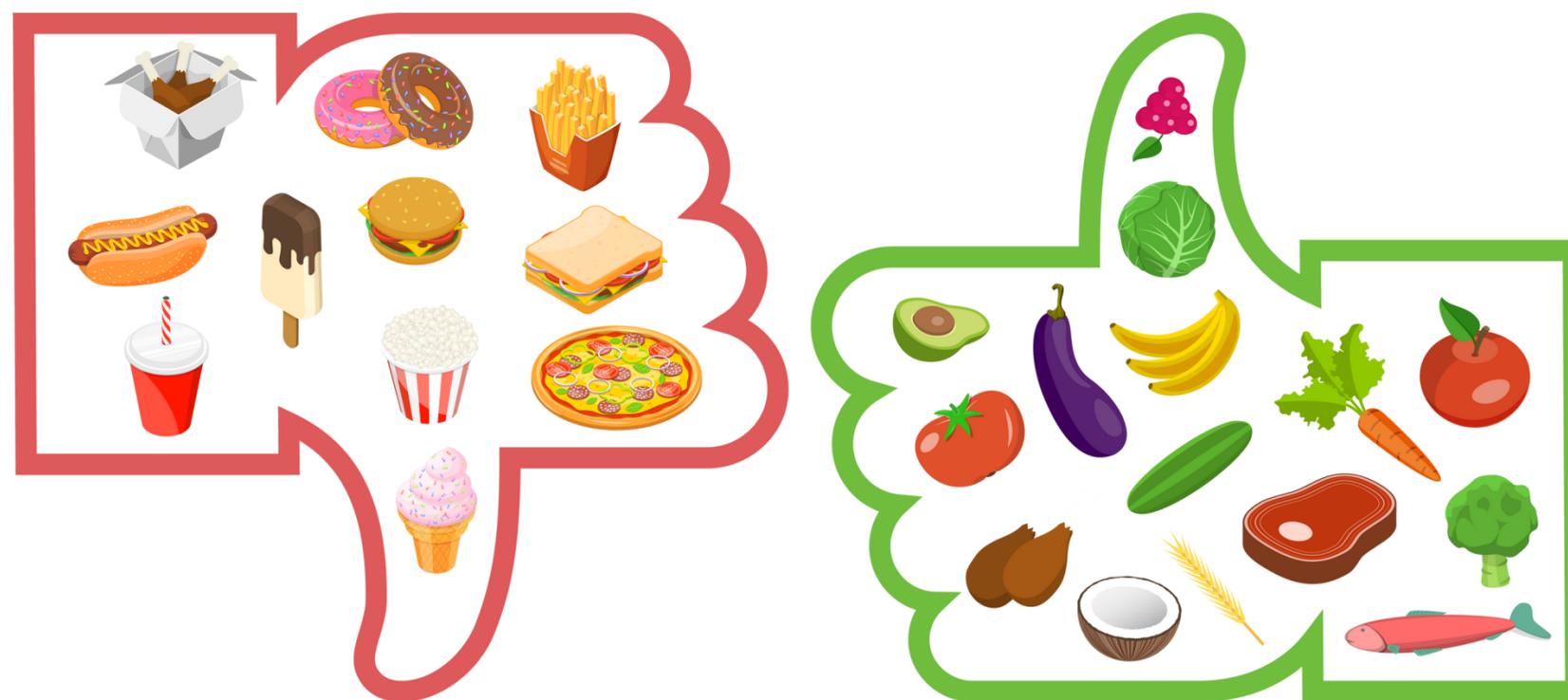


MISSIONE MENSA

Un'altra missione per Leo e Lina...

FAR CAPIRE L'IMPORTANZA DI UN'ALIMENTAZIONE SANA





“Dobbiamo assolutamente far capire
che per stare bene bisogna
MANGIARE BENE” – dice Leo

“Hai ragione – replica Lina – questo
è un mio compito...parlerò a tutti di
**Vitamine, Proteine e Carboidrati e
da quali cibi prenderli**”





Le vitamine sono importanti per la forza, concentrazione, per il sistema immunitario e non ammalarsi mai, o almeno un po' meno



**5 PORZIONI DI
FRUTTA E
VERDURA
AL GIORNO**

La conoscete la PIRAMIDE ALIMENTARE?
Qui sono disegnati gli ALIMENTI
IMPORTANTI PER IL NOSTRO CORPO CON
LE QUANTITA' da ASSUMERE



CARBOIDRATI:
pasta, pane, riso...

VERDURA e FRUTTA:
5 porzioni/gg

PROTEINE:
carne, uova, latte, legumi,
pesce

ZUCCHERI E FRITTI:
1/2 volte a settimana

MISSIONE SORRISO SANO!!!!

Un sorriso sano non è solo bello da vedere:
i denti ci servono sani per

MASTICARE

PARLARE

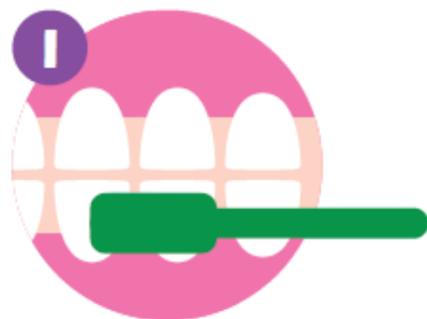
RIDERE



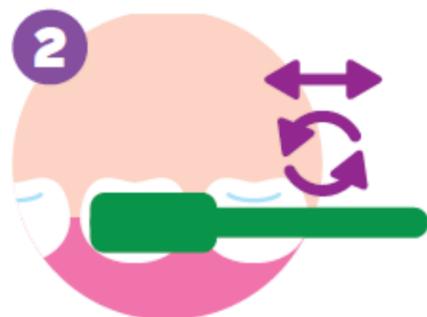
Leo e Lina chiedono ai loro amici:
"Quante volte vi lavate i denti al giorno?"
"E come?"



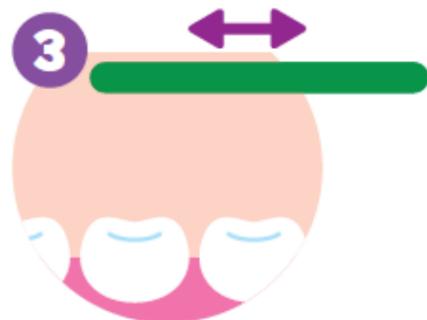
2
min



Appoggiare lo spazzolino, su cui abbiamo messo il dentifricio al fluoro, molto vicino alle gengive.



Lavare la superficie esterna dei denti spazzolando delicatamente con un movimento che va dalla gengiva al dente.



Spazzolare piano piano anche la superficie masticatoria dei denti, muovendo lo spazzolino avanti e indietro.



Lavare la parte interna dei denti spazzolando con un movimento rotatorio, spostando lo spazzolino sempre dalla gengiva al dente.

Tenere la testina dello spazzolino verso l'alto, attenzione a lavare bene tutti i denti, fino in fondo, con un movimento dall'alto verso il basso per un tempo complessivo non inferiore ai due minuti.

ALMENO

2

VOLTE

AL

GIORNO

**E VOI? VOLETE DIVENTARE ANCHE VOI DEI SUPER EROI
DEL BENESSERE?**



1

LAVA BENE
LE
MANI

2

NON METTERE
LE MANI
IN BOCCA

3

NON METTERE
OGGETTI
IN
BOCCA

4

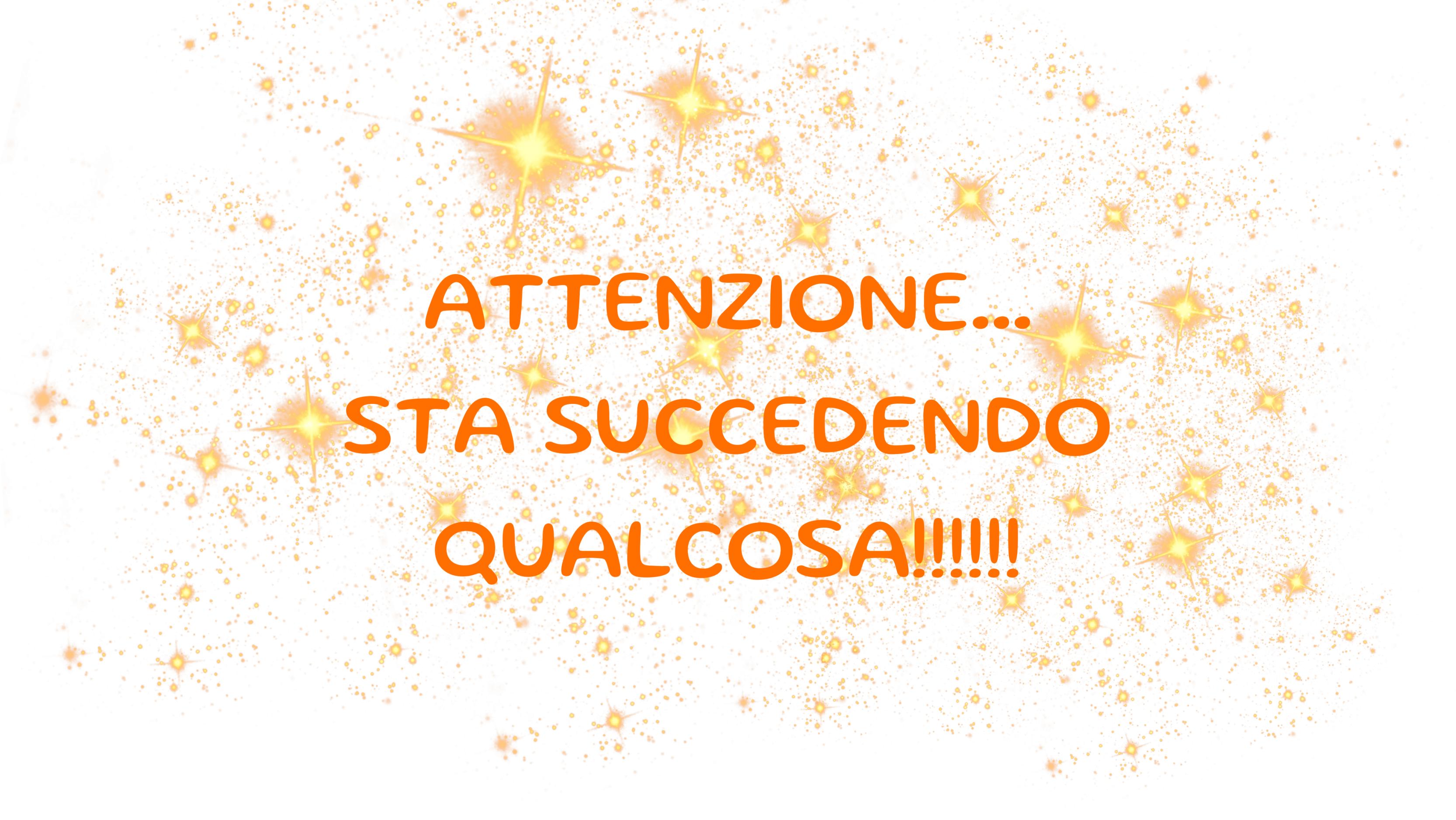
COPRITI CON UN
FAZZOLETTO
QUANDO HAI IL
RAFFREDDORE

5

MANGIA
SANO
E UN PO' DI
TUTTO

6

LAVATI
BENE I
DENTI



**ATTENZIONE...
STA SUCCEDENDO
QUALCOSA!!!!!!**



SIETE DEI SUPER EROI DEL BENESSERE...

FATE COME LEO E LINA...

CONTAGIATE TUTTI CON

L'EDUCAZIONE ALLO STAR BENE

ORA ANCHE VOI AVETE QUESTO

SUPER POTERE!



GRAZIE



FARMACIA DOTT. TORRE
40 ANNI DI ESPERIENZA COSTRUITI INSIEME A VOI