



ماجراهای آفتاب و بهداشت

by shahrad bararpour



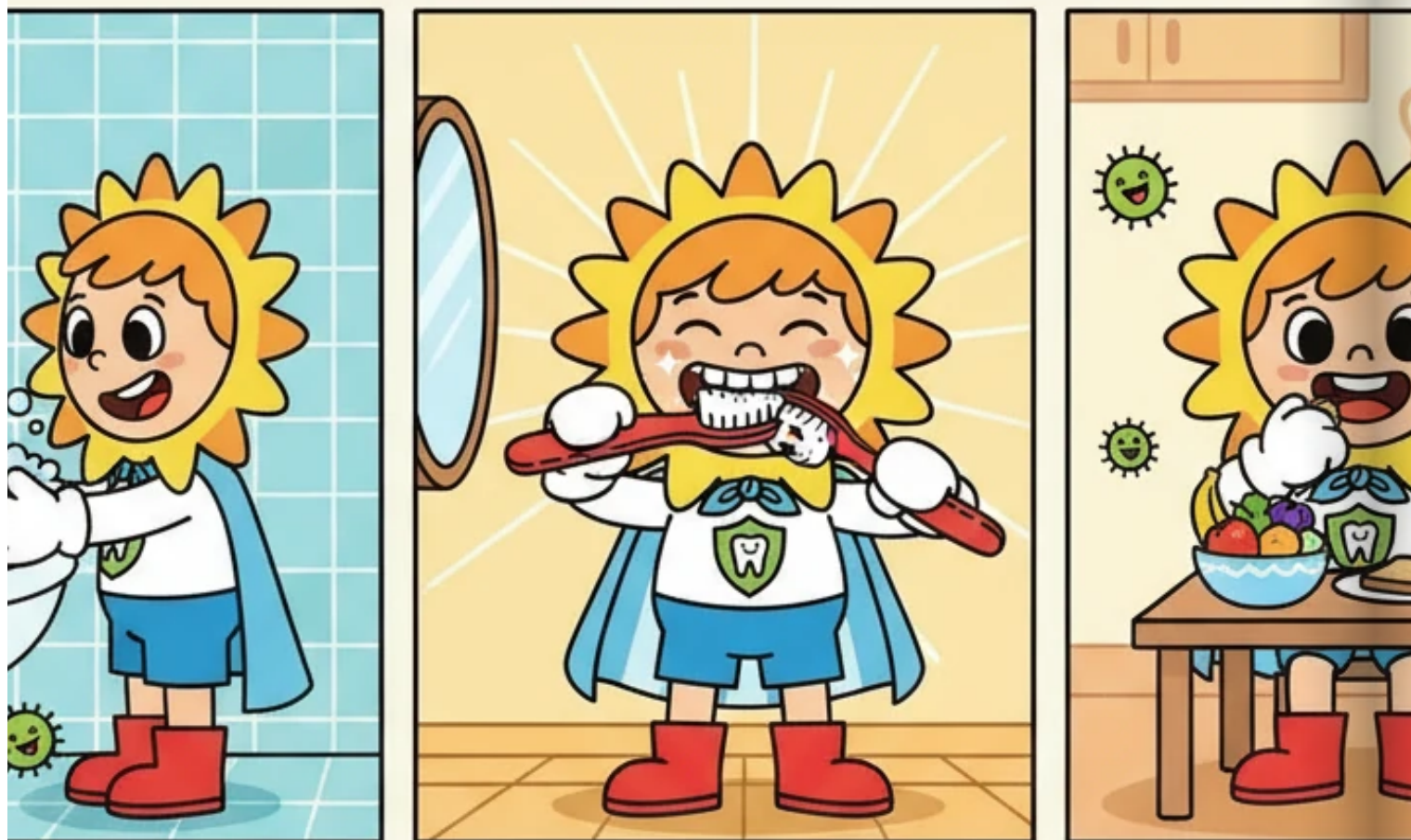
آفتاب، یک پسر کوچک و پرانرژی بود که عاشق بازی و ماجراجویی بود. او همیشه لبخند بر لب داشت و دوست داشت با دوستانش وقت بگذراند. اما گاهی اوقات، آفتاب فراموش می‌کرد که بهداشتش را رعایت کند.



یک روز، آفتاب از خواب بیدار شد و احساس کرد که کمی مریض است. سرش درد می‌کرد و گلوش می‌سوخت. مادرش نگران شد و به او گفت که شاید به خاطر رعایت نکردن بهداشت، مریض شده است.



مادر آفتاب به او یاد داد که چگونه دست‌هایش را با صابون بشوید، مسواک بزند و غذای سالم بخورد. آفتاب با اشتیاق به حرف‌های مادرش گوش داد و تصمیم گرفت که از این به بعد بهداشتش را بیشتر رعایت کند.



آفتاب با دقت دست‌هایش را شست، مسواک زد و یک صبحانه
مقوی خورد. او احساس کرد که کم‌کم حالش بهتر می‌شود و انرژی‌اش
برمی‌گردد. او فهمید که بهداشت، چقدر برای سلامتی مهم است



آفتاب به همراه دوستانش به پارک رفت و با خوشحالی بازی کرد
او حالا می‌دانست که با رعایت بهداشت می‌تواند همیشه شاداب و سالم
باشد. او به دیگران هم یاد داد که چگونه از خودشان مراقبت کنند



از آن روز به بعد، آفتاب همیشه بهداشتش را رعایت می‌کرد. او
فهمید که بهداشت، یک هدیه ارزشمند است که به او کمک می‌کند تا از
زندگی لذت ببرد و همیشه سالم و شاد باشد.