

UNE BONNE HYGIENE DE VIE ! COMMENT ?

Se brosser les dents	2 litres
Prendre une douche.....	31
Marcher tous les jours pendant.....	« 4 à 4 »
Se laver les cheveux	5
Changer sa brosse à dents tous les.....	4 500 ans
Se mettre sur son	1 fois par jour
Nombre de dents à l'âge adulte :	10 minutes par jour
Nous percevons les choses de la vie avec nos sens	2 fois par semaine
Chez le docteur : « Dites »	2 à 3 mn
C'est au siècle que la brosse à dents a été inventée en Europe.	17^e siècle
Quantité d'eau perdue par le corps : par jour	3 fois par jour
Exposition au soleil fortement déconseillée entre	12 h et 16 h
Aérer son appartement	30 minutes
Superficie de la peau :	1.75 m²
Temps de brossage des dents : à chaque fois	L'an 80
Consultation préventive chez le dentiste :	1 fois par an
Monter les escaliers	32
Quantité minimum d'eau à boire en 1 jour :	1 litre
Le savon existait déjà il y a	33
Le savon de Marseille a été inventé en	3 mois

