

PÉČE O ČISTOTU ODĚVU

Čisté a voňavé oblečení je vizitkou člověka

Aby vaše oblečení vypadalo hezky co nejdéle, je potřeba se o ně dobře starat, když je nosíme, stejně tak i při praní a žehlení.

Nákup oblečení

Základem je už správný nákup oblečení a obuvi.

Oblečení nakupujeme v obchodě označeném **TEXTIL** nebo **ODĚVY**.



Boty kupujeme v obchodě označeném **OBUV**.

Oblečení i obuv si kupujeme podle toho, na jakou příležitost nebo situaci je potřebujeme:

SPOLEČENSKÉ



PRO BĚŽNÝ DEN DO DEŠTĚ



Aby nám oblečení slušelo, je důležité vybrat správnou velikost.

NA SPORT



Velikosti bývají označené písmeny **S, M, L, XL, XXL**.














Když nevíme jakou velikost si vybrat, požádáme o pomoc prodavačku. Děti chodí nakupovat s rodiči.



Praní prádla

Oblečení před praním roztřídíme podle barev.

Vždy se řídíme pokyny na štítku na oděvu – *symboly pro údržbu a ošetřování textilií*:

Popis k obrázkům na etiketách u oblečení			
	Pouze chemické čišťení		Možno bělit prostředky uvolňující chlor
	Možno chemicky čistit		Sušení v sušičce
	Nečistit chemicky		Nesušit v sušičce
	Studené čišťení		Praní na doporučenou teplotu
	Zákaz bělení		Ruční praní
	Žádné praní		Žehlení na doporučenou teplotu (symbol teček udává stupeň žehlicí teploty) ☰110, ☰150, ☰200
	Nežehlit		



Pračka – stroj určený k praní, vyvážení a odstředování špinavého prádla, tedy oděvů a jiného textilu.



Žehlení prádla

K žehlení budeme potřebovat tyto potřeby:



- žehličku
- žehlicí prkno

Žehlička je zařízení, které slouží k žehlení.

Žehlení působí tak, že se vlivem teploty uvolňují vazby ve vláknech tkaniny.

Když jsou vlákna horká, pod tlakem žehličky se narovnávají a po ochlazení si uchovávají svůj tvar.

Splň úkoly:

1. Odpověz na otázky:
V jakém obchodě nakupujeme oblečení?

V jakém obchodě nakupujeme boty?

2. Doplň věty:

Prádlo pereme v _____. K žehlení prádla potřebujeme _____ a _____.

3. Zelenou pastelkou zakroužkuj oblečení, které nosíme v zimě, červenou zakroužkuj oblečení, které nosíme v létě.



Úkoly splň
pracovního
samostatný

JN –

Prevence –

nějakému nežádoucímu jevu, např. nemocem, drogovým závislostem

V tomto případě jde o zodpovědné chování a dodržování jistých zásad, kterými chráníme své zdraví:

► **Pohlavní styk**- mít jednoho stálého partnera, být si vzájemně věrní. Partnery



do

list

PREVENCE AIDS

listu nebo na papíru.



nestřídat, vyhýbat se neznámým a náhodným partnerům. Používat kondom (prezervativ).

► **Nebrat drogy** – Injekční jehly (nesterilizované) jsou vedle pohlavního styku hlavním zdrojem infekce.



Při jakýkoliv obtížích či pochybnostech vyhledej lékaře.

Kde se nechat otestovat:

V současné době je v České republice možné podstoupit test na přítomnost viru HIV jednak

1. v tzv. **AIDS centrech**, které se nachází v bývalých krajských městech
2. ve většině **zdravotních ústavů** (polikliniky, nemocnice)
3. nebo u každého **praktického lékaře**.

Odpověz na otázky:

1. Co je to prevence?
2. Jaké jsou hlavní zásady, kterými se můžeme chránit před nemocí AIDS?
3. Kde se můžeme nechat otestovat?

Odpovědi napiš na samostatný list papíru nebo do pracovního listu.