

**ХИГИЕНАТА Е ПОВЕЌЕ ОД НАВИКА,  
НИКОГАШ НЕ Е ДОЦНА ДА ЈА  
СОЗДАДЕМЕ!!!**



**ДАЛИ ВИЕ ГИ МИТЕ РАЦЕТЕ?**

- ✂ *Пред и после секое јадење?*
- ✂ *После секое користење на тоалетот?*
- ✂ *После секое кивање кашлање и бришење на носот?*
- ✂ *После секој допир на некој природен телесен отвор?*

**НАВИКИТЕ ЗАПОЧНУВААТ ОД  
ДЕТСТВОТО!**



**КОРИСТЕТЕ БЕЗБЕДНА ВОДА ОД  
ВОДОВОД ИЛИ ТРЕТИРАЈТЕ ЈА ЗА ДА  
СТАНЕ БЕЗБЕДНА КАКО ЗА ПИЕЊЕ  
ТАКА И ЗА МИЕЊЕ НА  
ПРЕХРАНБЕНИТЕ ПРОДУКТИ**



**Ј.З.У. ЦЕНТАР ЗА ЈАВНО  
ЗДРАВЈЕ-СКОПЈЕ**

[www.cph.mk](http://www.cph.mk)

[info@cph.mk](mailto:info@cph.mk)

**СОВЕТИ ЗА ЛИЧНА ХИГИЕНА И  
КОРИСТЕЊЕ НА ВОДАТА ЗА  
ПИЕЊЕ**





## КОЛКУ Е ВОДАТА ВАЖНА ЗА ЗДРАВЈЕТО НА ЛУЃЕТО?

ДЕСЕТ НАСТО ОД ГЛОБАЛНИТЕ БОЛЕСТИ  
СЕ РЕЗУЛТАТ НА КОРИСТЕЊЕ НА  
НЕЧИСТА ВОДА ЗА ПИЕЊЕ, ПОДГОТОВКА  
НА ХРАНА, КАПЕЊЕ ИЛИ ПЕРЕЊЕ !

ЧОВЕЧКИОТ ОРГАНИЗАМ ПОСТОЈАНО Е  
ИЗЛОЖЕН НА ДЕЈСТВО НА ПАТОГЕНИ  
МИКРООРГАНИЗМИ И РАЗНИ ФИЗИЧКИ И  
ХЕМИСКИ ЗАГАДУВАЧИ.



## ЗАТОА

СЕКОГАШ КОРИСТЕТЕ ЧИСТА ВОДА  
ЗА ПИЕЊЕ!

ВОДАТА СЕ ПИЕ ОД ЧИСТА ЧАША, А  
НЕ ОД ЧЕШМА!

ВОДАТА ЗА ПИЕЊЕ КОЈА НЕ СЕ  
ДЕЗИНФИЦИРА ТРЕБА ДА ЈА  
ПРЕВРИВАТЕ ЗА ДА БИДЕТЕ  
СИГУРНИ ДЕКА Е БЕЗБЕДНА ЗА  
КОРИСТЕЊЕ!

НЕ ДОЗВОЛУВАЈТЕ БАКТЕРИИТЕ ДА  
СЕ РАЗМНОЖУВААТ!

БАКТЕРИИТЕ НЕ СЕ ГЛЕДААТ СО  
“ГОЛО“ ОКО!!!



## ДАЛИ Е ВОДАТА ЗДРАВСТВЕНО ИСПРАВНА И ЧИСТА ЗА ПИЕЊЕ ЗАВИСИ ОД НЕЈЗИНАТА



- ТЕМПЕРАТУРА
- ФИЗИЧКИ ОСОБИНИ
- ХЕМИСКИ ОСОБИНИ
- БАКТЕРИОЛОШКИОТ СОСТАВ
- БИОЛОШКИОТ СОСТАВ И
- РАДИОАКТИВНИТЕ ОСОБИНИ.

**ЗДРАВСТВЕНО ИСПРАВНА И ЧИСТА  
ВОДА ЗА ПИЕЊЕ НЕ СОДРЖИ  
МИКРООРГАНИЗМИ И ПАРАЗИТИ ВО  
БРОЈ КОЈ ПРЕТСТАВУВА ОПАСНОСТ  
ПО ЗДРАВЈЕТО НА ЧОВЕКОТ.**