





من هر روز بامسواک شخصی مسواک میزنم





شب‌ها زود میخوابیم تا صبح زود بیدار شوم





قبل وبعد از انجام هر کاری
دست های خود را می‌شویم





هر هفته ناخن های خود را کوتاه میکنم





هفته ای دوبار حمام میکنم





هر روز موهای خود راشانه میزنم

