

Я умею отлично ухаживать за собой. И делаю это каждый день.



Я горжусь собой!



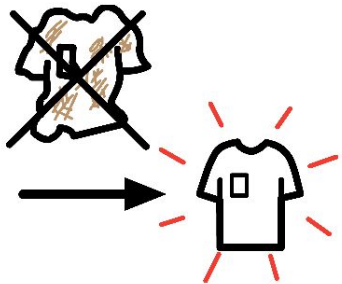
Каждый день я принимаю душ или ванну.



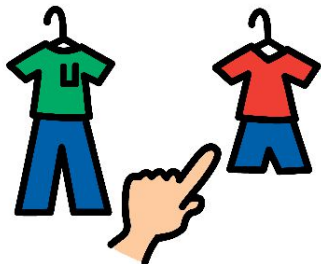
Мою руки и лицо.



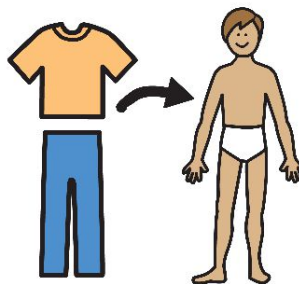
Если нужно, мою голову.



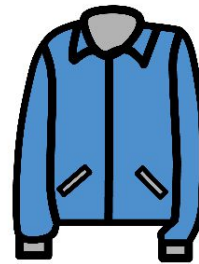
Я одеваю чистую одежду.



Я выбираю, что надеть...



и одеваюсь.



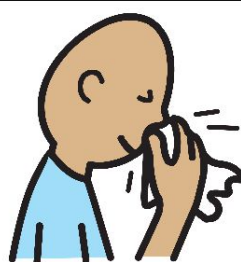
Если на улице холодно, я надеваю куртку.



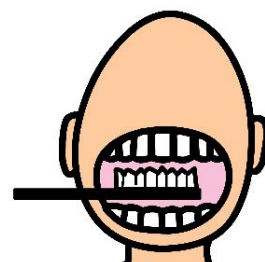
Я слежу за тем, как я выгляжу и смотрюсь в зеркало.



Я причёсываю волосы или делаю укладку.



Если у меня насморк, я сморкаюсь.



Я чищу зубы утром и вечером.



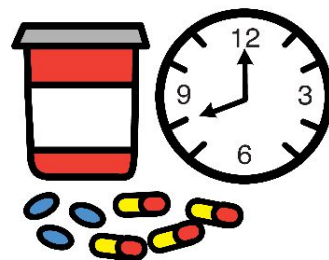
Когда у меня отрастают ногти на руках, я их подстригаю.



Когда у меня отрастают ногти на ногах, я их подстригаю.



Если нужно, я пользуюсь кремом для рук, или кремом для загара.



Я вовремя пью свои таблетки.