أولاً: أهمية النظافة الشخصية

فوائد النظافةِ الشخصيَّة



1. الوقاية من الأمراضِ وخاصَّةَ الجلديةِ مِنها.
2. تنشيطُ الدورة الدمويةِ.
3. مُساعدة الفردِ على الراحةِ والاسترخاء.
4. تحسين نظرةِ الفردِ لنفسِهِ، وتحسينِ مَظهَرِهِ.