J’ai un carnet de vaccination

Je me fais vacciner selon   
le calendrier vaccinal

Je me fais vacciner

J’ai une alimentation équilibrée sans trop d’excès

Mes défenses immunitaires combattent la plupart   
des infections courantes

Je me lave les mains   
souvent dans la journée   
avec de l’eau et du savon

J’ai des microbes utiles   
dans mon tube digestif qui contribuent à me maintenir en bonne santé

Quand j’ai fait   
une promenade en forêt,   
je vérifie ma peau et   
ma chevelure à la recherche de tiques

Je me lave les dents

Si mon médecin me prescrit des antibiotiques, je finis   
le traitement qu’il   
m’a prescrit

Je ne prends jamais   
les antibiotiques   
d’un traitement précédent

Si je tombe malade,   
je prends des antibiotiques uniquement si mon médecin les prescrit

Je rapporte les antibiotiques restants à mon pharmacien

Je ne m’occupe pas   
de mon animal quand   
je cuisine ou quand   
je mange

Je fais vacciner mon animal selon le calendrier vaccinal de son espèce

Mon animal de compagnie   
a un carnet de vaccination

Je fais vacciner mon animal de compagnie

Je vérifie l’état dentaire de mon animal de compagnie

Mon animal de compagnie a des défenses immunitaires qui combattent la plupart   
des infections courantes

Mon animal de compagnie   
a une alimentation équilibrée adaptée à son espèce sans trop d’excès

Mon animal   
de compagnie   
a des microbes utiles dans son tube digestif qui contribuent   
à le maintenir   
en bonne santé

Je rapporte   
les antibiotiques restants   
à mon vétérinaire

Je lave mon animal   
de compagnie avec   
des shampoings adaptés quand il est sale

Si mon animal   
de compagnie tombe malade, je lui donne des antibiotiques uniquement si le vétérinaire les prescrit

Quand j’ai fait une promenade en forêt avec mon animal de compagnie, je vérifie son pelage   
à la recherche de tiques

Je déparasite mon animal de compagnie régulièrement

Je laisse mon animal manger sa nourriture   
dans son propre bol

Je ne donne jamais   
les antibiotiques d’un traitement précédent à mon animal de compagnie

Si le vétérinaire prescrit   
des antibiotiques à mon animal de compagnie,   
je lui donne tout   
le traitement prescrit