I BADRUMMET

Dags att duscha

Håret först, sedan kroppen. Bocka av ett steg i taget.



I duschen i den här ordningen

1. 

   Klä av sig
   Kläderna i tvättkorgen.

2. 

   Sätta på vattnet
   Känn efter att det är lagom varmt.

3. 

   Blöta håret
   Luta huvudet lite bakåt.

4. 

   Schamponera håret
   En liten klick brukar räcka.

5. 

   Skölja håret
   Blunda, så brukar det inte svida.

6. 

   Tvätta kroppen
   Tvål uppifrån och ner, sedan skölja.

7. 

   Stänga av vattnet
   Vrid tills det slutar rinna.

Efteråt handduk och rena kläder



Torka sig



Torka håret



Klä på sig

© Áigi Labs 2026 • Áigi Plan • www.aigiplan.com