

# स्वच्छता सम्बन्धी व्यवहार

संक्रमण की रोकथाम के लिए शौचालय का नियमित उपयोग, बार-बार हाथ धोना और व्यक्तिगत स्वच्छता व्यवहार पूरे परिवार को अपनाना चाहिए।

## शौचालय का उपयोग

शौचालय का उपयोग, आपके परिवार और पूरे गाँव के लोगो को गंदगी से फैलने वाले कीटाणुओं और बीमारियों से बचा सकता है।



पूरे परिवार को नियमित रूप से शौचालय का उपयोग करना चाहिए।

## साबुन से हाथ धोना

हाथ धोने के लिए महत्वपूर्ण समय



खाना बनाने से पहले, दूसरों को खिलाने और खाना खाने से पहले



शौचालय उपयोग करने के बाद



जानवरों के संपर्क में आने के बाद



घर की सफाई करने और कूड़ा फेंकने के बाद

## व्यक्तिगत स्वच्छता



रोजाना नहाएं और अपने बालों को साफ रखें



अपने नाखूनों को ट्रिम करवाएं



अपने दांतों को दिन में कम से कम दो बार ब्रश करें



नंगे पैर न चलें, हमेशा चप्पल पहनें