

बीमारियों से है बचकर रहना नियमित साबुन से हाथ धोना

नियमित रूप से साबुन से हाथ धोने से कई प्रकार के संक्रमणों जैसे कि डायरिया, खाँसी व कोविड -19 आदि से बचा जा सकता है।

हाथ धोने का सही तरीका



स्वास्थ्य सुरक्षा के लिए महत्वपूर्ण समय पर साबुन से हाथ धोना चाहिए जैसे कि -

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

✓ शौचालय का उपयोग करने के बाद

✓ जानवरों के संपर्क में आने के बाद

✓ घर की सफाई करने और कूड़ा फेंकने के बाद

अधिक जानकारी के लिए अपने क्षेत्र की स्वयं सहायता समूह की दीदी से संपर्क करें।

