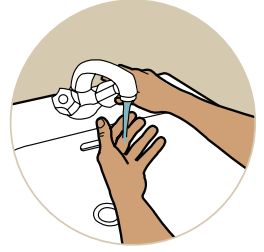


خپل لاسونه وينځئ!

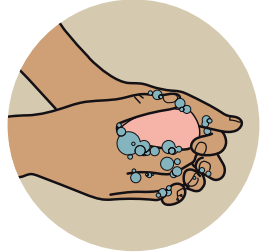
د لاس رسې وړ نسخه: <https://www.cdc.gov/handwashing/index.html>

د خپلو لاسونو وينځل کولای شي تاسو او ستاسو کورنۍ د جرايمو څخه خوندي وساتي.

خپل لاسونه په اوبو لمده کړئ.



خپل لاسونه د صابون سره پوښ کړئ.



د خپلو لاسونو او گوتو ټولې برخې وموړئ.



د خپلو لاسونو صابون په اوبو کنګال کړئ.



خپل لاسونه په بشپړه توګه وچ کړئ.



خپل لاسونه کله وينځئ

- د خوارو خوړلو دمخه
- د هغه چا د پاملرنې دمخه او وروسته چې ناروغ وي
- د خپلو سترګو، خلي او پوزي لمس کولو دمخه
- د تشاب کارولو وروسته
- د ورونيو بدلولو يا د ماشوم پاکولو وروسته چې تشاب يې کارولی وي
- د ټوخي، پرنجې يا د پوزې سونولو وروسته

