

# সঠিক নিয়মে সাবান-পানি দিয়ে হাতধোয়ার পদ্ধতি



১ ভিজা দুই হাতে সাবান-পানি মাখবো



২ দুই হাতের তালু ও পিঠ ভালোভাবে ঘষে নিবো



৩ প্রতিটি আঙ্গুলের ফাঁকে ও নখের ভিতরে ভালোমতো সাবান-পানি ঘষে পরিষ্কার করবো



৪ এবার পানি দিয়ে হাত দু'টো ভালোভাবে ধুয়ে ফেলবো



৫ একটি পরিষ্কার কাপড়/গামছা দিয়ে হাত মুছবো

প্রয়োজনে কেয়ারটেকার বা সংশ্লিষ্ট সিএইচপি-র সাথে যোগাযোগ করুন