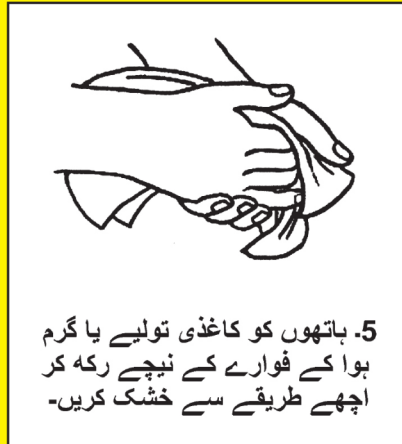
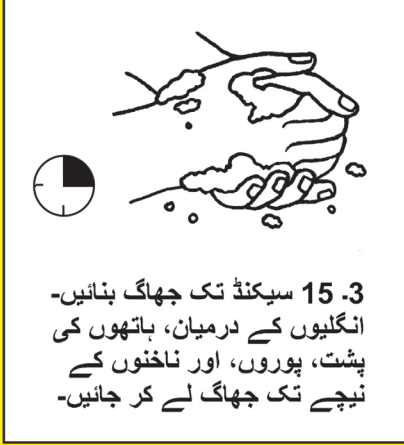


# باتہ دھونا



## جراثیم کو پھیلنے سے روکیے

### ہمیشہ اپنے ہاتھوں کو دھوئیں

درج ذیل کام کرنے سے پہلے اور بعد:

- کھانا تیار کرنا یا کھانا
- زخم یا خراش کو چھونا

درج ذیل کام کرنے کے بعد:

- چھینک، کھانسی یا ناک صاف کرنا
- غسل خانہ استعمال کرنا یا لنگوٹ تبدیل کرنا
- کوڑا کرکٹ صاف کرنا