



हाथ धोकर जीवन की रक्षा करें

1 मुझे बचपन से ही सिखाया गया है कि हमें दिन में कई बार साबुन से हाथ धोने चाहिए



2 क्या? मतलब..... "हाथ कब धोने चाहिए"?



3 (1) जब बाहर से घर वापस आते हैं, तब घर पहुँचते ही तुरंत हाथ धोने चाहिए



4 (2) टॉयलेट के बाद ठी...क है



5 (3) खाना खाने से पहले, और नाशते से पहले भी हाथ धो लिए? हाँ! चलो खाते हैं



6 अरे? हाथों को इतना क्यों धोना है?



7 ऐसा है कि, हमारे हाथ और उँगलियाँ साफ दिखते तो हैं, लेकिन बहुत सारे कीटाणु और वायरस ऐसे हैं जो हाथों पर लगे होते हैं पर दिखते नहीं हैं



8 बिना हाथ धोये, खाना खाने से



9 इससे पेट में दर्द हो सकता है



11 मुझे भी कहा गया है कि जानवरों की देखभाल करने के बाद, "अपने हाथ खाबुन से धोया करो"



10 आप बीमार भी पड़ सकते हैं



11 कचरा छुने के बाद भी



12 देखिये, बिलकुल ऐसे!



13 सिर्फ पानी से अपने हाथों को गीला करने से कीटाणु नहीं जाते हैं

छप छप फुह फुह

अच्छा? ऐसा है क्या?



14 कीटाणु साबुन के झाग से बहुत नफरत करते हैं

इसलिए अच्छे से झाग बनाकर कीटाणुओं को धोना चाहिए

अच्छा.....!



15 साबुन से हाथ धोने का तरीका

धोते समय धीरे-धीरे 30 तक गिनने के बाद धोएं ...झाग बनाकर धोएं...

1 2 3 4...



16 और फिर, साबुन को पानी से पूरी तरह से धो ले

एक साफ तौलिये से हथों को पोछें और उन्हें पूरी तरह से सूखा लें.... बस हो गया!



17 लेकिन...मेरे गाँव में, नल का पानी नहीं है और हमें पानी भरने के लिए पैदल लंबी दूरी तय करनी पड़ती है

मेरे गाँव में पानी के पाइप तो हैं लेकिन कभी-कभी पानी नहीं आता है



18 हां यह तो है पानी हमारे लिए ज़रूरी है

थोड़े से पानी से भी अपने हाथों को अच्छे से धोने का तरीका है

टिप्पणी टैप

नीचे की टंकी पर रेर रखें तो थोड़ा थोड़ा पानी निकलने लगेगा

साबुन

हाथ धोने का किट

पानी की टंकी

धुमाने पर पानी निकलता है

साबुन

केटली से धोना

बस एक कप पानी से भी धो सकते हैं!

साबुन

केटली में पानी डालें और बारी बारी से हाथ धो लें

इसलिए हाथ धोने के लिए ज्यादा पानी नहीं इस्तेमाल कर सकते हैं

जितना हो सके साफ पानी इस्तेमाल करें



19 आइए सब मिलकर कोशिश करें और दुनिया भर के बच्चों के हाथों में फसों कीटाणुओं को दूर भगाएं!

ज्यादा से ज्यादा बच्चे स्वस्थ रहें!!



कार्टन: किमीदोरी इनोए