

Nepali

# सरल स्वच्छता अभ्यासका लागी नियमित रूपमा हातहरू धुनुहोस्



१ हातहरू भिजाउनुहोस्

२ साबुन लगाउनुहोस्

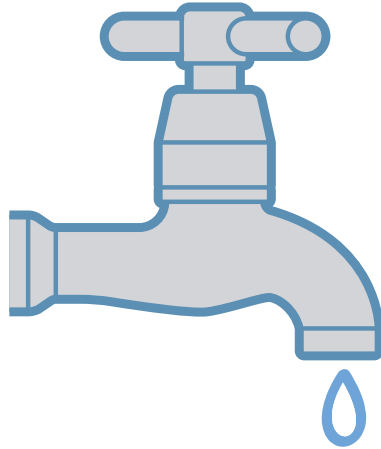
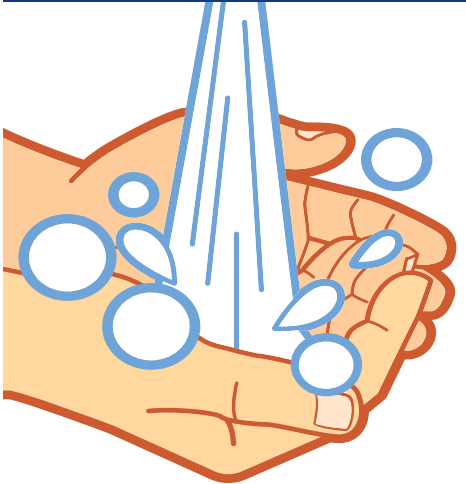
३ फिजले हात माड्नुहोस्



४ हातहरू पखाल्नुहोस्

५ धारा बन्द गर्नुहोस्

६ हातहरू सुख्खा गर्नुहोस्



२० सेकेन्ड लगाएर तपाईंको हात धुनुहोस्