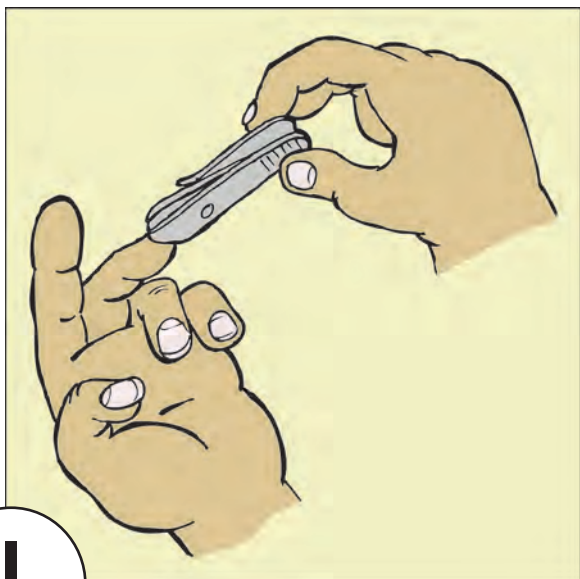


Pi bon fason pou timoun piti (ki gen laj pou ale lekòl) lave men yo

Jèm yo ka kache anba zong ki long ak nan men ki sal. Kenbe zong ou kout epi lave men w souvan, se aksyon ki pi enpòtan ou ka poze pou anpeche jèm mikwòb fè w tonbe malad. Jèm ki bay maladi tankou larim, grip, dyare, ak vomisman ka vinn nan men w lè w manyen objè ki nan alantou w. Moun, animal domestik, manje kri, jwèt, tè, ak tout objè nou itilize plizyè fwa pa jou, yo tout ka gen jèm mikwòb sou yo. Lè w lave men w byen li ede retire jèm mikwòb nan men w.



1 Kenbe zong ou kout. Si w bezwen èd pou koupe zong yo, mande yon granmoun ede w.



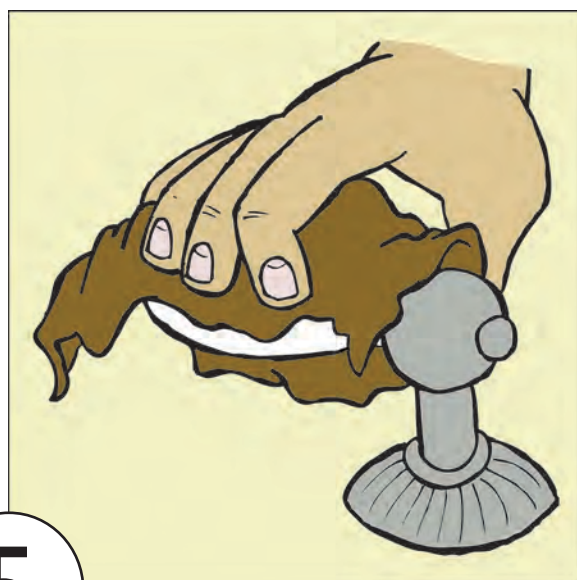
2 Mouye men w anba dlo k ap koule epi ajoute savon.



3 Fwote men w ansanm ak tout savon ou te mete a pandan wap chante mizik bon anivèsè 2 fwa.



4 Rense men w anba dlo k ap koule (anba tiyo/wobinè).



5 Si w nan yon twalèt piblik, itilize yon sèvyèt en papyè (ki sanble ak papyè napkin) pou fèmen tiyo a.



6 Seche men w ak yon sèvyèt an papyè ki pwòp epi jete l.

Lave men w anvan w:

- Manje ak pran yon ti goute (snak)
- Bwè
- Prepare manje
- Manyen bouch ou

Lave men w apre w:

- Sot nan twalèt
- Touse oswa estènen nan men w
- Sot jwe deyò/nan lakou
- Manyen animal domestik
- Fè lòt aktivite ki fè men w sal.

Otè: Amy Simonne, Ph.D., Pwofesè, Depatman Syans Fanmi, Jenès ak Kominote; UF/IFAS Ekstansyon, Gainesville, Florid 32611. Jason Green, Ilistratè. Hope N. Crawford, Grafis. Revize mas 2020.

Evalyatè yo: Linda B. Bobroff, Ph.D., RDN, Pwofesè, Depatman Syans Fanmi, Jenès ak Kominote; Elizabeth T. Gorimani, M.S., Ajan vilgarizasyon I., UF/IFAS Ekstansyon Gadsden County, Pamela S. McMahon, Ph.D., Konferansye, Depatman Syans Alimantè ak Nitrisyon, Susan Rachles, M.S., Ansyen ajan vilgarizasyon III, UF/IFAS Ekstansyon Desoto County; UF/IFAS Ekstansyon, Gainesville, Florid 32611.

Enstiti pou Lamanjay ak Syans Agrikòl (IFAS- The Institute of Food and Agricultural Sciences) se yon Enstitisyon ki kwè nan opòtinite pou tout moun, li otorize pou fè rechèch, transmèt enfòmasyon edikasyonèl ak lòt sèvis sèlman bay moun ak enstitisyon ki fonksyone san diskriminasyon sou baz ras, kwayans, koulè, relijyon, laj, andikap, sèks, oryantasyon seksyèl, kondisyon matrimonyal, peyi dorijin, opinyon politik oswa afilyasyon. Pou plis enfòmasyon sou kijan ou ka jwenn lòt piblikasyon Ekstansyon UF/IFAS, kontakte biwo Ekstansyon UF/IFAS ki nan rejyon w lan. Depatman Agrikilti Etazini, Sèvis Ekstansyon UF/IFAS, Inivèsite Florid, IFAS, Florid A & M Inivèsite Pwogram Ekstansyon Koperatif ak Boards of County Commissioners Cooperating. Nick T. Place, Dwayen pou Ekstansyon UF/IFAS.