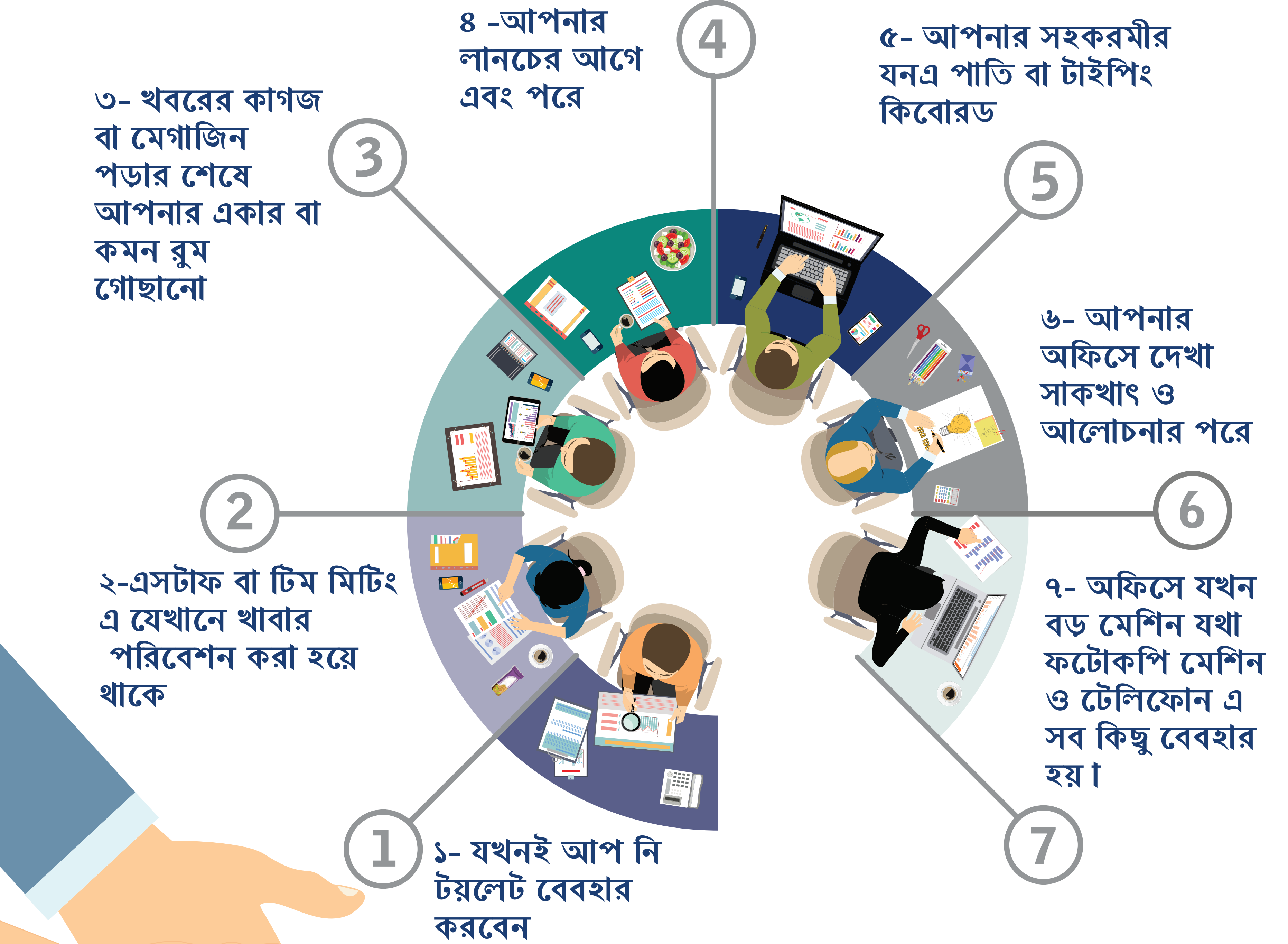


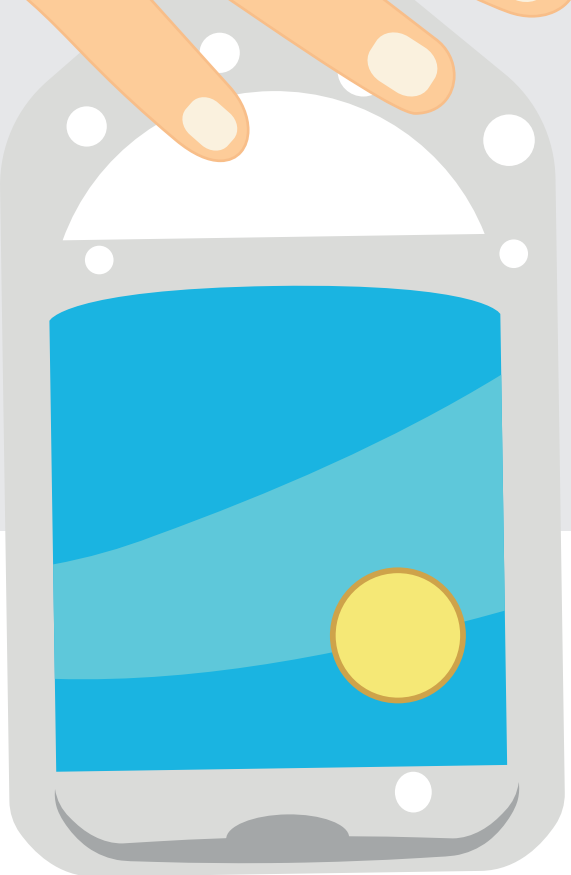
# কাজের জায়গায় সাহায্যে সমমতো পরিস্কার পরিচ্ছন্ন হাত লাগানোর ৭ টি মুহুরতো ।

## Bangali



হাত পরিস্কার রাখলে রোগ এরানো সমভব এবং অপরের মাঝে ইনেফকশন বিসতার লাভ বনেধা করা যায় ।:

কমপেক্ষ 40 সেকেন্ডের জনয় সাবান এবং জল দিয়ে, হাত ধুয়ে, ফেলুন বা অ্যালকোহল ভিত্তিক হ্যান্ড স্যানিটাইজার ব্যবহার করুন।



مرکز جونز هوبکینز  
أرامکو الطبي  
Johns Hopkins  
Aramco Healthcare