

Lavaj men: Kenbe Fanmi Ou Ansante

Lavaj men se yon fason fasil, bon mache, ak efikas pou anpeche jèm yo gaye epi kenbe timoun ak granmoun yo ansante. Lè fanmi ou ansante, ou pa gen pou ou enkyete osijè rate lekòl, travay, oswa lòt aktivite.

Ede timoun ou devlope teknik lavaj men yo

Paran yo ak moun k ap okipe timoun yo jwe yon wòl enpòtan pou aprann timoun yo lave men yo. Lavaj men ka vin yon abitud pou lavidiran ki bon pou sante si ou kòmanse anseye li nan yon laj byen bonè. Aprann timoun yo [senk etap fasil yo pou lavaj men](#)—mouye, fè kimen, fwote, rense, epi seche—ak moman kle kote yo dwe lave men yo, tankou apre yo sot nan twalèt oswa anvan yo manje. Ou ka jwenn fason pou rann li amizan, pa egzanp konpoze pwòp chante pa ou pou lavaj men oswa fè li vin tounen yon jwèt.

Montre avèk egzanp

Pou jenn timoun yo aprann, yo imite konpòtman granmoun ki nan lavi yo. Lè ou fè lavaj men vin yon pati nan woutin ou, ou bay yon egzanp pou timoun ou yo swiv.



LAVI A MIYÒ

AVÈK MEN
PWÒP



www.cdc.gov/handwashing

Se CDC ki te prepare dokiman sa a. Kanpay Life is Better with Clean Hands (Lavi a Miyò avèk Men Pwòp) lan te vin posib gras ak yon patenarya ant CDC Foundation, GOJO, ak Staples. HHS/CDC pa andose pwodui, sèvis, oswa konpayi komèsyal yo.



CS310275-C

Lavaj men ka anpeche

1 nan 3

ka dyare yo



1 nan 5

enfeksyon respiratwa,
tankou yon rim oswa grip



Bay rapèl souvan

Sa pran tan pou devlope konpetans lavaj men yo. Okòmansman, timoun ou an ap bezwen rapèl regilye sou kijan ak kilè pou lave men. Li enpòtan sitou pou fè timoun yo sonje pou yo lave men yo apre yo sot nan twalèt, anvan yo manje, apre yo fin manyen bèt domestik, apre yo fin jwe deyò, epi apre yo fin touse, etènye oswa mouche nen yo. Men, depi lavaj men vin yon abitud epi li vin yon pati regilye nan jounen timoun ou an, l ap pratike l pandan tout lavi l.

E si pa gen savon ak dlo disponib?

Lavaj men avèk savon ak dlo se pi bon fason pou debarase ou ak jèm yo. Si pa gen savon ak dlo disponib fasilman, itilize yon dezenfektan pou men abaz alkòl ki gen omwen 60% alkòl.

Èske ou te konnen?

Ti sèvyèt mouye tibebe yo ka fè men ou parèt pwòp, men yo pa fèt pou elimine jèm nan men ou. CDC rekòmande pou lave men ou avèk savon ak dlo lè sa posib.



Sonje pou fè lavaj men yon abitud ki bon pou sante lakay ou, nan lekòl, ak nan jwèt!