



Food and Agriculture Organization of the United Nations



World Food Programme



World Health Organization

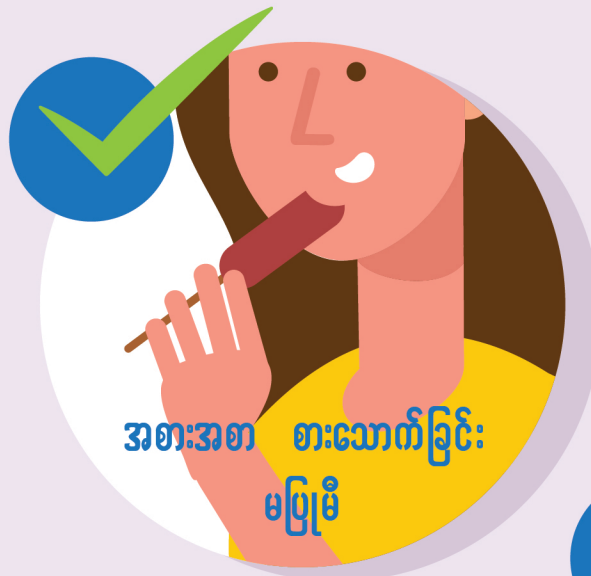
လက်ကို မကြာခဏဆေးကြောပါ။

လက်ကို မကြာခဏဆေးကြောခြင်းသည် စားနပ်ရိက္ခာ ဘေးကင်းလုံခြုံစိတ်ချရခြင်း နှင့် သင့်ကျန်းမာရေးအတွက် ကောင်းမွန်စေပါသည်။



မပြုလုပ်မီ

ပြုလုပ်ပြီးနောက်



အစားအစာ စားသောက်ခြင်း မပြုမီ



အစားအစာများ မကိုင်တွယ်မီ



ချက်ပြုတ်ခြင်း နှင့် အစားအစာ ပြင်ဆင်ခြင်းများ မပြုလုပ်မီ



အိမ်သာ အသုံးပြုပြီးနောက်



တိရစ္ဆာန်များအား ကိုင်တွယ်ပြီးနောက်



မသန့်ရှင်းသော ညစ်ပေသောအရာများ ကိုင်တွယ်ထိတွေ့ ပြီးနောက်