

খাবার সময় চপস্ৰ্টকি ও চামুচ পরবিশেন করুন

নজিরে পরবাররে খয়োল রাখুন এবং লাল্লা দ্বারা খাবার দূষণ
রোধে চপস্ৰ্টকি ও চামুচ দ্বারা খাবার পরবিশেন করুন।



বাসা বা রস্েতোরাল যখনই খাবনে, এই ভালো অভ্যাসটি সব সময়
চর্চা করুন যকোনো সংক্রামন রোগরে বস্িতার রোধ করার জন্য।

