

**HEALTH AWARENESS PROGRAMME FOR THE PUBLIC, 2019-'20**

As part of a campaign to increase health awareness among the public, the students of SreeNarayana College of Education, Muvattupuzha prepared a leaflet in Malayalam, printed a large number of copies and distributed them among the general public. The leaflet contained information on health and hygiene, types of diseases that spread during summer and rainy seasons, precautions to be taken to protect ourselves and tips for maintaining personal hygiene. A copy of the leaflet distributed by the students is shown below.

**ശുചിത്വ കേരളം**

**മുവാറ്റുപുഴ**

**ശ്രീനാരായണ കോളേജ് ഓഫ് എഡ്യൂക്കേഷനിലെ ബി.എഡ്. വിദ്യാർത്ഥികൾ നടത്തുന്ന**

**ആരോഗ്യ-ശുചിത്വ ബോധവൽക്കരണ പരിപാടി**

● ആരോഗ്യകേരളം ആരോഗ്യ കരങ്ങളിലൂടെ ● ശുചിത്വം പാലിക്കുന്നതിലൂടെ ഇന്ന് നമ്മൾ നേരിടുന്ന ആരോഗ്യ പ്രശ്നങ്ങൾ ഒരു പരിധി വരെ തടയാം.

<p><b>വേനൽക്കാലം കരുതലോടെ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• നേരിട്ട് സൂര്യപ്രകാശം എത്തിക്കുന്ന സാഹചര്യം പരമാവധി ഒഴിവാക്കുക</li> <li>• തിളപ്പിച്ചാറിയ വെള്ളം ധാരാളം കുടിക്കുക</li> <li>• പരുത്തി വസ്ത്രങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കുക</li> </ul>	<p><b>പകർച്ചവ്യാധികൾ പടരാതിരിക്കാൻ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• വെള്ളം കെട്ടിക്കിടക്കുന്ന സാഹചര്യങ്ങൾ ഒഴിവാക്കുക</li> <li>• കക്കൂസിന്റെ വെന്റ് പൈപ്പുകൾ, ടാങ്കുകൾ, സ്ലാബുകൾ തുടങ്ങിയവ വലകൾ കൊണ്ട് മൂടുക</li> <li>• ഓടകളിലെ മാലിന്യങ്ങൾ നീക്കുക</li> <li>• മാലിന്യങ്ങൾ ശരിയായ രീതിയിൽ സംസ്കരിക്കുക.</li> </ul>
--	---

**വ്യക്തിശുചിത്വം**

- ആഹാരത്തിന് മുമ്പും ശേഷവും കൈകൾ സോപ്പും വെള്ളവും ഉപയോഗിച്ച് കഴുകുക
- ചുമയ്ക്കുമ്പോഴും തുമ്മുമ്പോഴും വായും മൂക്കും തുറന്നു കൊണ്ട് മൂടുക
- ഭക്ഷണാവശിഷ്ടങ്ങൾ വലിച്ചെറിയാതിരിക്കുക.

**ഈ നോട്ടീസ് വായിച്ചശേഷം വലിച്ചെറിയാതെ ഒറ്റൊരാൾക്ക് വായിക്കാൻ കൊടുക്കുക**