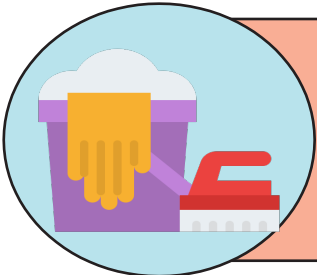
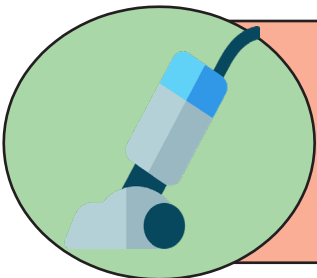


Ang Isang Malinis na Tahanan ay Malusog na Tahanan!

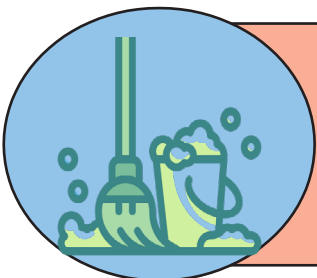
Mahalagang panatiliing malinis ang iyong bahay para maipagsanggalang ito laban sa mga bagay na puwedeng makapinsalasa ng iyong kalusugan, tulad ng mga peste at amag. Para mapanatiling malinis -at malusog- ang iyong bahay- dapat sundin mo ang mga sumusunod na tip!



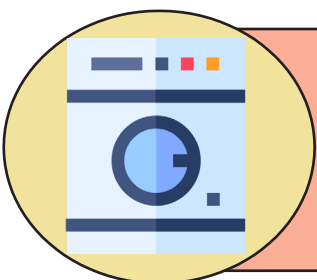
Linisin ang iyong kusina, silid, at banyo araw-araw.



Pagpagan at i-vacuum ang mga sahig sa bawat silid ng iyong bahay di bababa sa isang beses isang linggo.



Patuyuin ang lahat ng sahig at lapag pagkatapos linisin para maiwasan ang pagdami ng amag at iba pang bakteryas.



Labhan at palitan ang iyong mga tuwalya at sapin **linggo-linggo.**



HUWAG gumamit ng mga nakalalasang kemikal: gawin ang lahat ng magagawa mo na huwag magkaroon ng mga peste nang hindi gumagamit ng mga kemikal na



Kung makakita ka ng mga peste o amag sa iyong bahay, humingi ng tulong! Makipag-usap kaagad sa iyong landlord, o sa sumusuporta sa iyo.