



## మీరే చూపండి మీ అమ్మాయికి ఆరోగ్యకరమైన జీవనానికి దారీ!

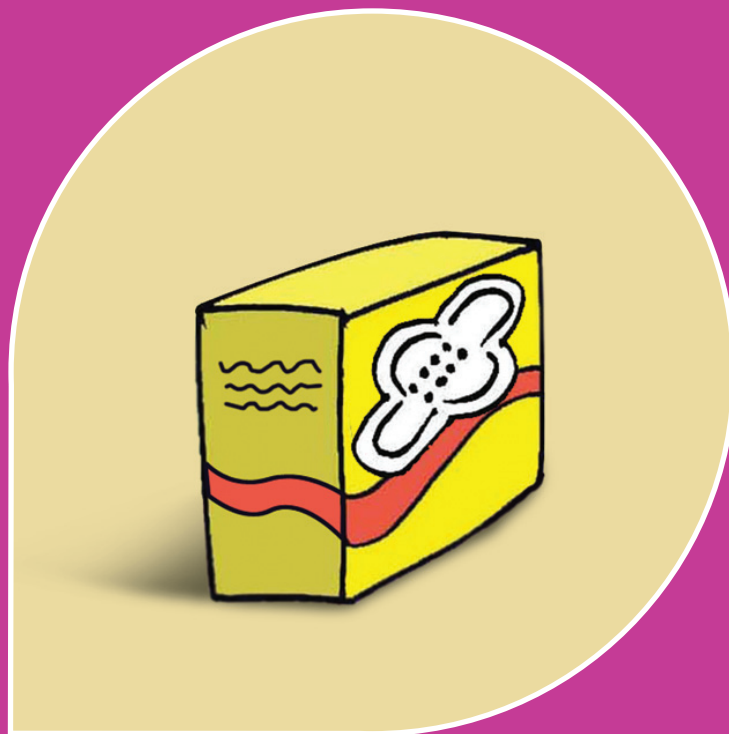
నెలసరి దినాలలో పరిశుభ్రతను నిర్లక్ష్యం చేయటం అంటే వ్యాధులను స్వాగతించటమే. మీరే కావచ్చు ఎదిగే వయసులో మీ అమ్మాయికి సురక్షణనిచ్చే అమ్మకొంగు. కొన్ని సులభమైన విషయాలను గురించి మీరు తెలుసుకోండి మీ అమ్మాయికి తెలియచెప్పండి.



గుర్తుంటే  
చాలు  
3  
విషయాలు



ఎల్లప్పుడూ వ్యక్తిగత శుభ్రత పాటించాలి



శానిటరీ నాస్కిన్ మాత్రమే వాడండి



ఒకవేళ నెలసరిలో బట్ట వాడుతున్నట్లయితే, వాటిని శుభ్రంగా ఉతికి ఎండలో ఆరబెట్టుకోవాలి

అంగన్ వాడీకి విచ్చేయండి, అధిక వివరాలు పొందండి.