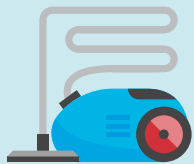


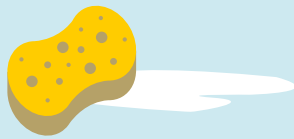
Malulusog na Tahanan

Panatilihin ang inyong pamilya.

Isagawa ang mabubuting gawain sa paglilinis.



Mag-vacuum at gumamit ng mamasa-masang pamunas para mabawasan ang alikabok.



Linisin agad ang mga natapon.



Takpan ang basura at itapon sa mga basurahan.

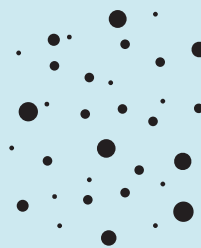


Linisin ang mga banyo, kusina, at iba pang patungan gamit ang mga simpleng produktong panlinis tulad ng suka at baking soda.



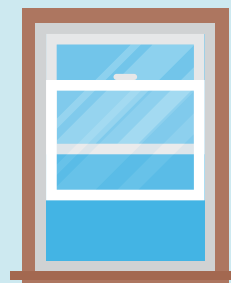
Linisin at i-disinfect ang mga patungan na madalas hawakan ng mga tao gamit ang disinfectant na aprubado ng EPA.

Hanapin ang amag.



- Tingnan kung may amag sa mga bintana, paliguan, at iba pang lugar.
- Linisin ang amag gamit ang sabon at tubig. Huwag gumamit ng bleach.
- Tuyuin nang mabuti ang lugar.

Papasukin ang sariwang hangin.



- Patayin ang mga heater, buksan ang mga bintana para pumasok ang sariwang hangin, at buksan ang mga exhaust fan sa banyo at kusina sa loob ng 10-15 minuto kada araw. Kung ipapahintulot ng lagay ng panahon.
- Iwasan ang mga produktong may pabango tulad ng isinasaksak na mga air freshener, aerosol o mga pabango.
- Huwag manigarilyo o mag-vape sa loob.

Suriin ang mga alarm.



- Pindutin ang button sa alarm ng usok at pang-detect sa carbon monoxide.
- Pakinggan ang tunog.



Buksan ang mga bintana kapag gumagamit ka ng mga produktong panlinis o mga disinfectant.

- Huwag paghaluin ang mga produktong panlinis.
- Kung gagamit ka ng bleach, sundin ang mga tagubilin sa pagpapalabnaw. Sa tubig lang ihalo.