

ایمن، باهوش و سلامت - کلیدهای موفقیت در خانه جدید

بهداشت شخصی - 2

Safe, Smart and Healthy – Keys to Success in Your New Home
Personal Hygiene - 2

FARSI

<p>آقای "با" در مورد میکروبهایی موجود در مخاط دهان اطلاع دارد. مخاط و آب دهان محتوی میکروب های هستند که می توانند باعث بیماری افراد شوند. هرگز آب دهان نیندازید. آقای "با" می داند که تف کردن باعث انتشار میکروب می شود و می تواند دیگران را بیمار کند. این کار در آمریکا بسیار بی ادبانه محسوب می شود.</p>	<p>Mr. Ba has learned about the germs that are in mucous. The mucous and spittle from your mouth contain germs that can get people sick. Do not spit inside... ever. Mr. Ba has learned that spitting spreads germs and can make other people sick, and it is considered very impolite in America.</p>
<p>سرفه کردن در هوا، یکی دیگر از عوامل انتشار میکروبها است. گرفتن جلوی دهان در هنگام سرفه بسیار مهم است. اگر لازم شد، آقای "با" برای جلوگیری از سرفه کردن در هوا، دهانش را با آستین یا آرنج خود می پوشاند. یا بهتر است در دستمال یکبار مصرفی بنام کلینیکس سرفه کند. وی هرگز در دستش سرفه نمی کند زیرا به محض اینکه بعد از سرفه اشیا را لمس کرد، میکروبها منتشر می شوند.</p>	<p>Coughing into the air is another way of spreading germs. It is important to <i>cover your mouth</i> when you cough. If necessary, Mr. Ba covers his mouth with his sleeve, or coughs into his elbow. Or even better, he coughs into a disposable paper tissue, called a Kleenex. He does not cough into his <i>hand</i>, because as soon as he touches things with his hand afterwards, he is spreading germs.</p>
<p>اگر آقای "با" آبریزش بینی داشته باشد برای پاک کردن بینی اش از دستمال کاغذی یکبار مصرف یا کلینیکس استفاده می کند. هرگز بینی تان را با دست یا لباستان پاک نکنید.</p>	<p>If Mr. Ba has a runny nose, he uses a disposable paper tissue, or Kleenex, and blows or wipes his nose in the tissue. Do not blow your nose into your shirt or your hand.</p>