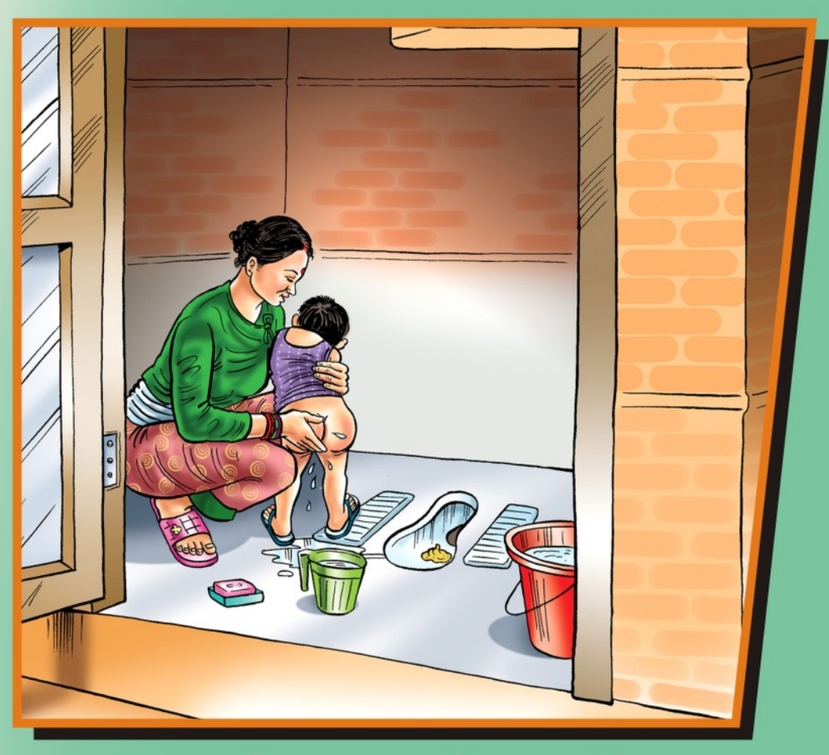
झाडापखाला लाग्नबाट बच्न
साबुनपानीले मिचिमिचि हात धोऔं ।

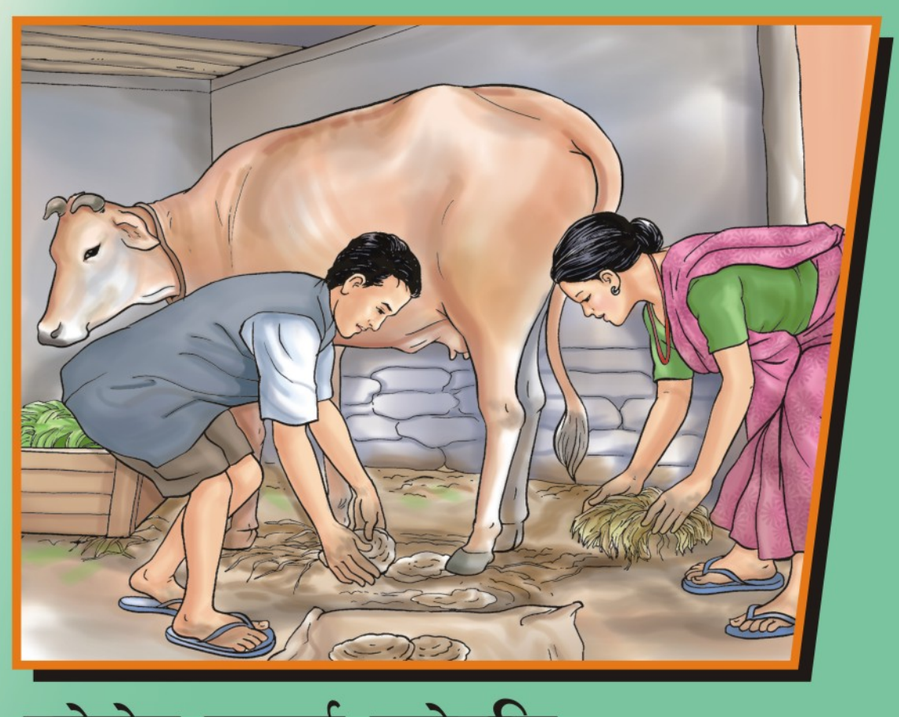
चर्पी प्रयोग गरेपछि

खाना खानु र खुवाउनु अघि



बच्चाको दिशा धोईसकेपछि

खाना पकाउनु अघि



फोहोर चलाई सकेपछि

USAID अमेरिकी जनताबाट

सुआहारा
सबैको परिवार फलोस् फुलोस्

नेपाल सरकार
स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय
राष्ट्रिय स्वास्थ्य शिक्षा सूचना तथा संचार केन्द्र
टेकु, काठमाडौं