

SESAME WORKSHOP™

India

कीटाणुओं से मुकाबला



प्रिय अभिभावक,

स्वास्थ्य और स्वच्छता पूर्व प्राथमिक स्कूल के महत्वपूर्ण पहलू हैं।

बचपन के आरंभिक दिनों में बच्चा जो कुछ भी सीखता है, वही आगे जीवन में उसकी आदतें बन जाती हैं।

स्वास्थ्य और स्वच्छता रोचक और मजेदार तरीके से सिखाने के लिए इस पुस्तक का इस्तेमाल करें। इसके सही उपयोग से बच्चे दांतों की सफ़ाई, स्नान, रुमाल का इस्तेमाल करना और चप्पल पहनने का महत्त्व समझ जाएंगे। वे यह समझ पाएंगे कि ये आदतें किस प्रकार कीटाणुओं को दूर रखने और स्वस्थ रहने में सहायक हो सकती हैं।





क्या आप कीटाणुओं को ढूँढने में हमारी मदद करेंगे?
सेहत के जासूस मीना और सूरज एक मिशन पर हैं।

कहाँ हैं ये कीटाणु?





ब्रश, ब्रश, ब्रश!

दांतों को करो ब्रश!

सुबह ब्रश करो,

रात को करो ब्रश!

मुंह के कीटाणुओं को धो डालो,

और अपने दांत चमका लो।





कहाँ हैं ये कीटाणु?





धो डालो, धो डालो, धो डालो!
अपने हाथों को धो डालो!
साबुन लगा लो,
फिर पानी से धो डालो।
हाथों से भागेंगे कीटाणु,
नाखुनों में भी नहीं टिक पायेंगे वे।





कहाँ हैं ये कीटाणु?





छप-छप-छपाक्!
स्नान कर लो तुम!
रगड़ कर साबुन,
पानी डालो छपाक् तुम।
बालों में उलझे, शरीर से लिपटे कीटाणु
जाएं धुल,
दिन भर रहेगी ताज़गी संग।





कहाँ हैं ये कीटाणु?





धप्, धप्, धप्!

बाहर जब भी जाओ,

चप्पल पहन कर जाओ,

या फिर पहन लो जूते।

सड़कों पर पड़े कीटाणु रहेंगे दूर,

दिन भर पांव रहेंगे साफ़ ज़रूर!





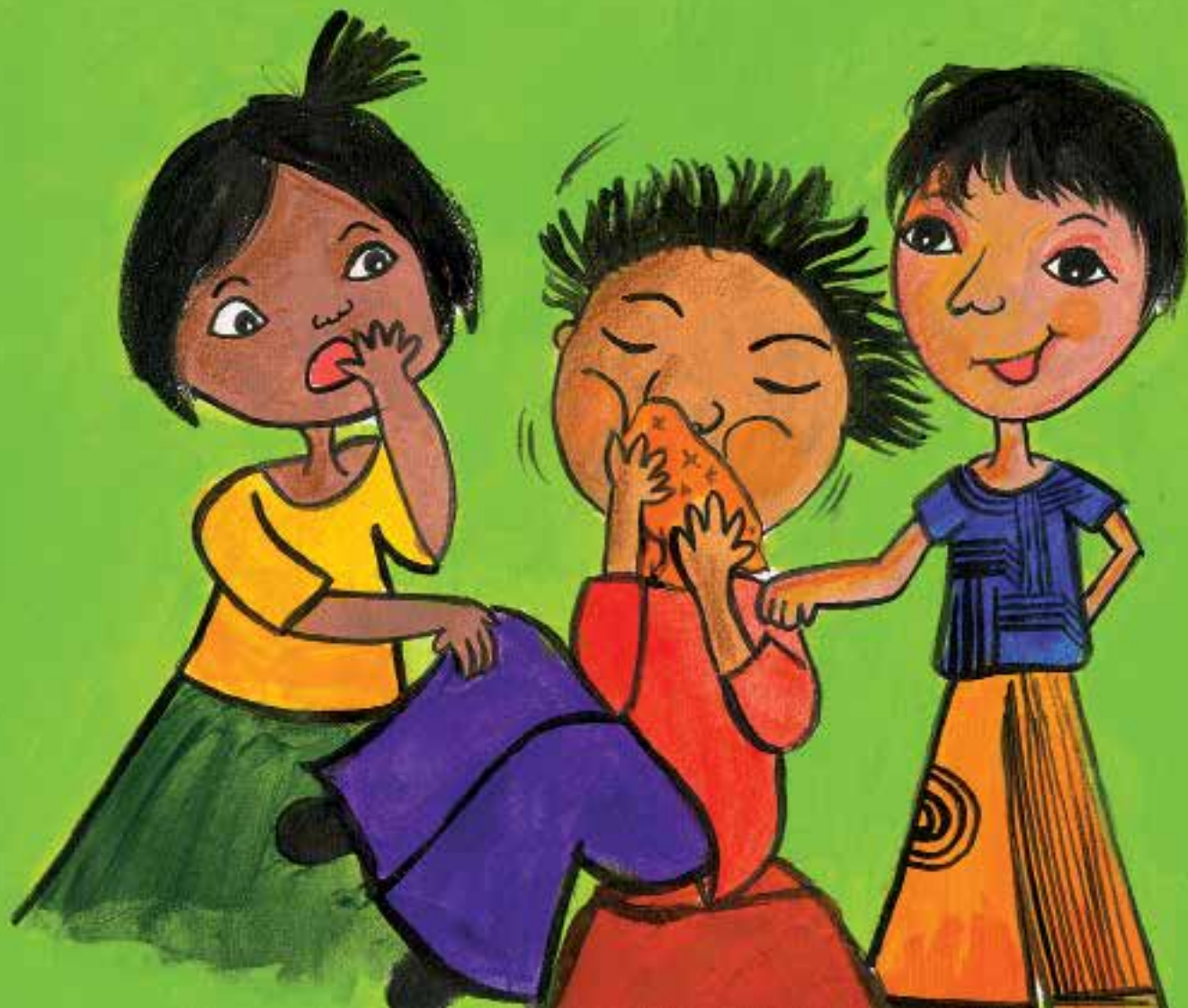
कहाँ हैं ये कीटाणु?





आंछूउउउउउउउ!
जब भी आए छींक,
नाक को ढक लो
लेकर साफ़ रुमाल,
कीटाणु आने न पाएँ तुम्हारे
दोस्तों के पास,
बीमारी भी रहे दूर खड़ी उदास।





कहाँ हैं ये कीटाणु?





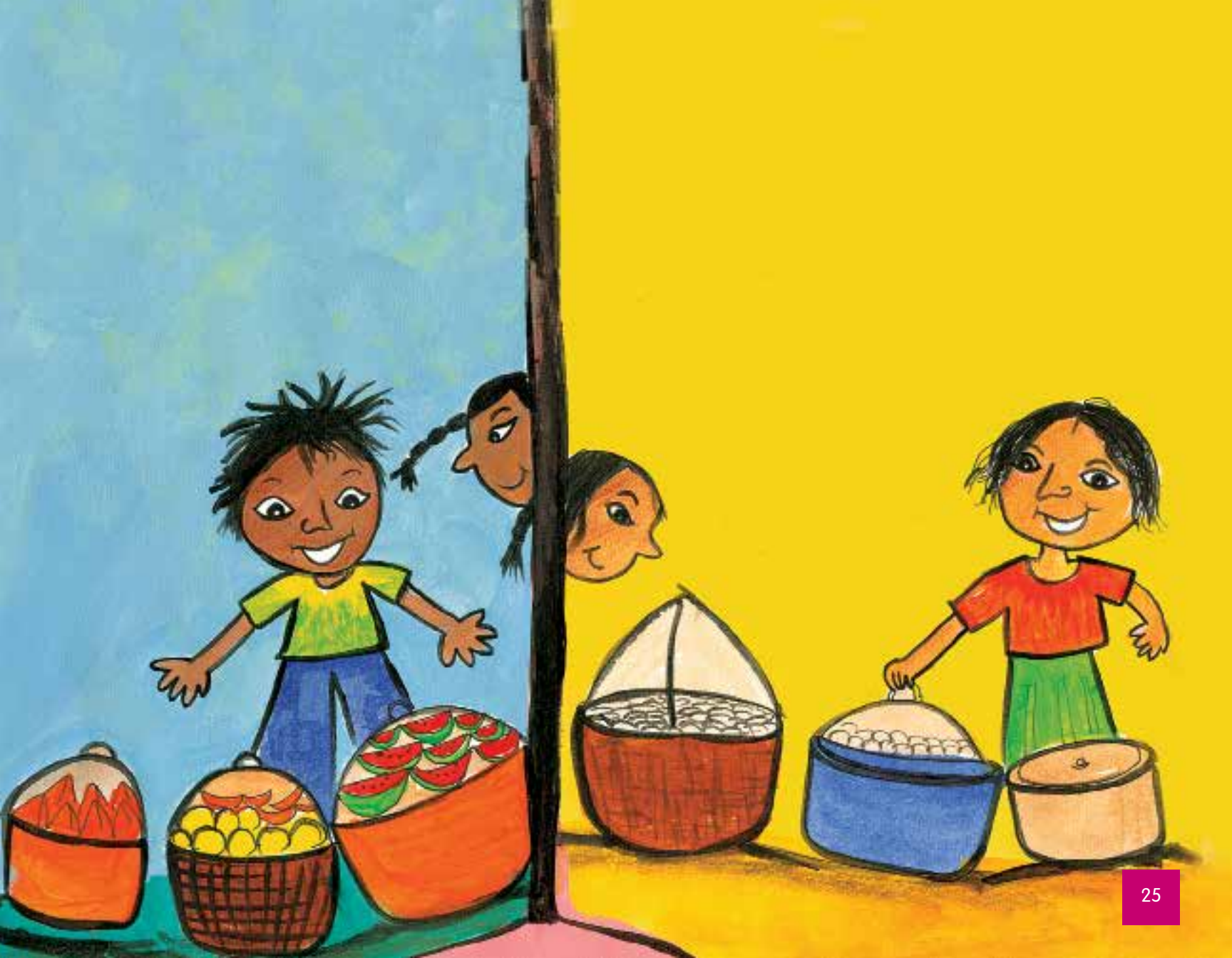
यममममममम!

जब भी बाहर का खाना खाओ,
वही खाओ जो साफ़ हो,
और वही खाना जो ढका हो।

यममममममम!

घर पर भी,
खाना रखो ढक कर, कीटाणु रहें दूर,
मक्खियों को भागने पर कर दो मजबूर।







जासूस मीना और जासूस
सूरज ने कीटाणुओं को दूर
रखने में दोस्तों की मदद की
है।



वे हरदम सेहत के जासूस बनने को तैयार हैं।



क्या तुम भी बनना चाहोगे सेहत के
जासूस?






SESAME WORKSHOP™ India

www.sesameworkshopindia.org

SESAME STREET, SESAME STREET street sign, GALLI GALLI SIM SIM, design, associated characters, trademarks and design elements are trademarks owned and licensed by Sesame Workshop IUSAJ. ©2020 Sesame Workshop. All rights reserved including rights of reproduction in whole, in part or in any form.