

Taimanu para u maribãha i chinilapun nu kuntahiosu na chetnut siha gi gima'



I familia ni mandikkiki' famagu'un-niha sessu manmalãngu. I tataotão i famagu'un ti siãa mamumuyi i ilu' taiguihi i tataotão i manãmku' ni siãa. Ti matungu' put i finagãgãsi kãnnai yan ottru na prinaktika siha nai inayuyuda prumuhibi i kuntahiosu na chetnut siha. Palu na kuntahiosu na chetnut siha, tãtkomu mãñom, makkat masuhãyi. I famagu'un manmalãlãngu 8 asta 10 biãhi gi un sãkkan. Regulãt esti.

Siãa un ribãha i chinilapun nu palu na kuntahiosu na chetnut siha gi halum i familiãm-mu komu un tãttihi esti na manera siha:

- 1 Fagãsi i kannai-mu!** Unu esti gi mãs na inim-pottãnti siha siãa un cho'gui. Impottãnti ispisiãt-menti para un fagãsi i kannai-mu:
 - ◆ gi dispues an un usa i kemmun. I famagu'un sessu manisissita ayudu humassu esti yan manisissita ayudu para u macho'guiyi propiu.
 - ◆ ãntis yan gi dispues an muna'lagu hão nengkanu' (ispisiãtmenti i mãta' na kãtni yan mãnnuk) yan ãntis di un kãnnu'.
 - ◆ gi dispues an muna'gasgas hão gi gimã'-mu.
 - ◆ gi dispues an mamatcha hão gãga', ingklusu i nengkanu', i tãli pat i tãki' i ga' familia siha.
 - ◆ ãntis yan gi dispues an mambisita hão osino mamulan hão kuãtkuet na manãtungu' osino familia ni manmalãngu.
 - ◆ gi dispues an un ngofnguf i guiheng-mu, osino humatching pat lumolu' gi kannai-mu (pat un ayuda pãtgun chumo'gui esti).
 - ◆ gi dispues an manalaika pañãlis.
 - ◆ gi dispues an macho'chu' pat gumãndu hão gi sanhiyung
 - ◆ an annuk na applacha'.
 - ◆ na mãs sessu an guaha chinilapun kuntahiosu na chetnut siha gi halum i kumunidãt-mu.

2 Hatching pat lo'lu' gi pãppit sãosão osino gi manggãs-mu, ti gi kannai-mu.

An humatching hão gi kannai-mu pues un patcha i tafkão, tãtkomu i tekpong petta, un pega i ilu'-mu guihi para ottru tãotão u kinãtga. An mapacha i attaduk-niha osino i guihing-niha ni kannai-niha, siãa maninafekta ni i ilu' gi kalullut -niha.



3 Usa i tãmpin fãsu.

Gi durãntin i tiempun nu i chinilapun gi halum i kumunidãt nu i kuntahiosu na chetnut siha, i manehãnti siha gi hinemlu' pupbliku siãa marekumenda na todú, ingklusu i famagu'un, u fan ma'usa tãmpin fãsu. Ginen umannuk na i prinaktika nu ma'u'usan tãmpin fãsu rinibãbãha siknifikãnti i chinilapun nu chetnut gofis siha tãtkomu i COVID-19. I famagu'un komu hobenãa ki dos ãñus siãa manmafa'nã'gui para u ma'usa i tãmpin fãsu.



4 Na'gãsgãs i tafkão siha nai sessu mapatcha ni tãotão siha yan usa i kuãlidãt na microfiber na talãpus yan i third party cleaner.

Cleaners esti siha ni mansãfo'ña. I produktu siha manmasetifikão ni i EPA's [Safer Choice](#) yan [Green Seal](#) (taitai i Resources) ni siãa masodda' gi halum i tenda. Espiha i iyon-niha logo gi siãat i sahguan siha. I microfiber ni ma'u'usa gi espitãt ginen umannuk para u facho'chu' kana' parehu yan i disinfectant an ma'usa yan i produktu muna'gasgas. I microfiber mãolekãa mãnopchup ulu' yan odda' ki i atgidun.

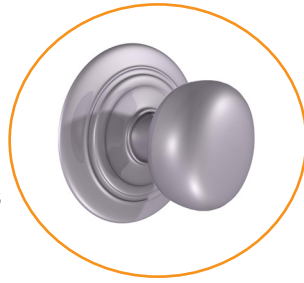
5 Famãhan difirentis klãsi na kilot talãpus microfiber para un na'gãsgãs i gimã'-mu.

Usa un kulot para i kemmun yan ottru para i kusina. Esti na manera ti un transferi ulu' ginen un lugãt para ottru. Tutuhun muna'gasgas gi sanhilu' na lugãt siha tãtkomu i langasi' pues gi sanpapa' na lugãt siha tãtkomu i kommun. Tãttihi i instruksi3n i fuma'tinas para mafa'gãsinãa i microfiber. Esti siempri muna'facho'cho'chu' mãolik i microfiber.

6 Usa i microfiber yan i all-purpose cleaner alugãt di i disinfectants.

Meggai na disinfectants masahsahguan kemikãt ni manna'lãmen para i hinemlu' familiãm-mu yan para i aridid3t. I u'usun kuãlidãt na microfiber yan i third-party na manmasetifikão na household cleaner ha ribãbãha i ilu' inifektibuãa gi tafkão siha yan mansãfo'ña mãs. Yanggin guaha kuntahiosu na chotnut chumalalapun gi halum gimã'-mu ya malagu' hão man-na'gasgas, usa i sãfu' na disinfectant. I listan nu sãfu' na produktu siha siãa masodda' [guini](#).

7 Na'gâsgas ha' i tafkâo ni sessu mapatcha, tâtkomu i tekpong i petta siha, rehas i gua'ut siha, i gurifun bâñu yan i tekpong i kemmun siha. Na'siguru na un na'gâsgas fine'na i tafkâo siha. I edda' muna'makkat i disinfectants para u punu' i ilu' siha. Usa i disinfectants ha' annai yan mânu manisissita. Na'siguru na i disinfectant umannuk na fotgun gi tafkâo para i tutât na pinatcha pat u mapega gi tiempu ni mamensiona gi instruksión osino siempri ti u punu' i ilu' siha. Yanggin ti un sedi i disinfectant para u sâga na finotgun na linâmlâm para i kumplidu na tiempu pinatcha, siña un sedi i manrisisti na ulu' siha para u sâga ya u fandokku'. Taiguini i dibelop-ñiha esti i "superbugs".



8 Usa i dishwasher para i mafa'gâgâsi na hugeti fama-gu'un ni mahettuk sanhiyongña.



9 Hassu na i tekkla siña meggai na tâotâo pumatcha yan makkat para u mana'gâsgas. Chagi umusa fleksibilidât na tâmpin silicone gi tekkla computer i familia. Libianuña mana'gâsgas. Prunutetehi lokkui' i tekkla ginen i aksidenti na chinida' siha. I silicone na tâmpin tekkla siña mahotma para u omlat i ispesifikâo na tekkla osino siña ti mapput na kinanifis na tâmpi siha ma'intensiona para u ma'usa gi kuatkuet na tekkla.

10 Suhâyi umusa espongha siha gi halum i kusinâm-mu. Mâolekña ma'usa i microfiber. I espongha pirfektu na lugât para u fanmañâdda' i ilu' siha. Manapplacha' yan fotgun, mamprinibebeni nengkanu' yan gimmin para u fandokku' i ilu' siha. Yanggin malagu' hâo umusa espongha, microwave para dos minutos kada diha (na'siguru na fotgun i espongha yan ti ha sahguan kuatkuet na metat), osino pega gi halum i dishwater kada tiempu un na'falâgu.

Resources

Third-party organizations that certify cleaning products that are safer for people and the environment:

[UL ECOLOGO® Certification](#)

[EPA Design for the Environment Disinfectants Program](#)

[EPA Safer Choice](#)

[Green Seal](#)

Other groups that provide guidance on safer cleaning, sanitizing and disinfecting products:

[The Environmental Working Group's Guide to Healthy Cleaning](#)

[Women's Voices for the Earth: Safe Cleaning Products and Do-it-Yourself Recipes](#)

[eHow.com How to Clean a Silicone Keyboard Cover](#)

[San Francisco Approved List: Products that meet San Francisco's Health and Environmental Requirements](#)

Green Cleaning, Sanitizing, yan Disinfecting: Manayudânti na Infotmación para Tâftaf na Inadahi yan Idukasiôn
<https://wspehsu.ucsf.edu/projects/environmental-health-in-early-care-and-education-project/>



Esti na matiriât ginen sinipotta ni American Academy of Pediatrics (AAP) yan mafondu (hâlum pâtti) ginen i dinanña na kuntrâta premiu numiru 6 NU61TS000296-02-01 ginen i Ahensia para Toxic Substances and Disease Registry (ATSDR). I ATSDR ti ha supotta i finâhan nu kuatkuet na produktu kumisiât osino setbisiu siha ni mamensiona gi halum i PEHSU na publikasiôn siha.