

## Módulo 3 – Higiene

**① Pais, construam uma latrina para que não hajam fezes perto da vossa casa.**

- Fazer um tecto, porta e uma tampa para o buraco da latrina.
- O fecalismo a céu aberto aumenta os casos de diarreia e infecções por bactérias.

**② Pais, construam um sistema gota-a-gota perto da latrina para facilitar a lavagem das mãos para a vossa família.**

- O sistema gota-a-gota lembra à todos da necessidade de lavarem as mãos depois de usarem a latrina.
- As mãos não lavadas transportam bactérias que podem provocar doenças tais como a diarreia.

**③ Pais, providenciem dinheiro adicional às vossas esposas para comprar sabão para lavarem as mãos.**

- Lavar as mãos com sabão mata as bactérias nas mãos mantendo a vossa família saudável.

**④ Pais, providenciem dinheiro adicional às vossas esposas para comprar CERTEZA para purificarem a vossa água para beber.**

- Acrescentar uma chávena cheia num recipiente de 20-25 litros de água. (Procurem saber quantas gotas são necessárias para cada litro de água.)
- Deixem a água assenter durante 30 minutos antes de beber a água.

**⑤ Pais, quando os vossos filhos tiverem diarreia, assegurem-se que as crianças tomam SRO para substituir os fluidos que elas perderam.**

- Misturar uma embalagem de SRO com um litro de água purificada. Mexer.
- Encorajar a criança a tomar pelo menos 50-100 ml (uma chávena cheia) de água misturada sempre que a criança fizer diarreia.
- Se a criança perder muita água do corpo ela corre o perigo de desidratação e morte.

**⑥ Pais, ajudem as crianças a lavarem as mãos antes de comer e depois de usarem a latrina.**

- Aprender a canção de lavar as mãos cedo e ajudar os vossos filhos a cantarem essa canção enquanto lavam as mãos.



