

አጠቃቅማ መሸፈኒ አፍን አፍንጫን



1. ቅድሚያ ምጥቃም: ኢድካ ተላፀብ ወይ ናይ ኢድ ሳኒታይዘር ተጠቐም
2. ናይ ቅድሚት ገፅ ናይቲ መሸፈኒ አፍን አፍንጫን ኣየንኡ ምኳኑ ፍለ። መብዛኢትኡ ግዘግዜ እቲ ሕብራዊ ዝኾነ ገፅ እዩ
3. እቲ መሸፈኒ አፍን አፍንጫን ኣብ እዝንኻ ብምእሳር አፍን አፍንጫኻን ሸፍን
4. እቲ መሸፈኒ አፍን አፍንጫን ናብ ገፅካ ጠቢቕ ምእሳሩ ኣረጋግፅ
5. መሸፈኒ አፍን አፍንጫን ኣብ እትጥቀመሉ ግዜ ብኢድካ ኣይትተንክፍ። እቲ መሸፈኒ አፍን አፍንጫን እንድሕር ረሲሑ ወይ ርሒሱ ካሊእ ቀይርካ ተጠቐም
6. ነቲ መሸፈኒ አፍን አፍንጫን ንምውጋድ ክልቲኡ ኣብ ኣዝኒ ዝኣቱ ተመጣጢ ጫፋት ብምሓዝ ማእኸሉ ከይተንከፍካ ምውጻእ
7. ድሕሪ ምጥቃም: ኢድካ ተላፀብ ወይ ናይ ኢድ ሳኒታይዘር ተጠቐም

ንሓዲር እዋን ክትለብሱ ኾንካ ደጊምካ ክትጥቀመሉ ትኸእል ኢኻ፡ ንኣብነት ኣብ ቤት ምግብ እንከለኻ ተሰእኻ ናብ ሸቓቕ ክትከይድ እንተደሊኻ፡ ኣብ ናይ ላስቲክ ሻንጣ ወይ ኣብ ናይ ውሽ ጃባ ኣቐምጡ። ቅድምን ድሕርን ምጥቃምካ ኩሉ ጊዜ ናይ ኢድ ሳኒታይዘር ተጠቐም።