



نکات مهم درباره زباله:

۱. تعویض هرشب سطل زباله خوابگاه
۲. نریختن زباله در محیط راهرو و حیاط خوابگاه یا دانشگاه
۳. تفکیک زباله های تر از خشک
۴. گره زدن کیسه زباله و گذاشتن آن در محل جمع آوری آنها
۵. زباله های مربوط به بهداشت فردی را نیز در پلاستیک گره زده و سپس در سطل زباله بیندازید



رعایت نظافت
نشانه شخصیت
ماست.



دانشگاه همدان

معاونت دانشجویی

اداره کل مشاوره، بهداشت و سلامت

**بهداشت فردی یعنی
رعایت چند نکته:
حمام کردن ، مسواک زدن
، شانه کردن موها، تعویض
لباسها ، استفاده از وسایل
شخصی خود....**

بهداشت فردی چیست؟



حالا که بهداشت فردی رعایت شد به سری نکات دیگه هست که باید رعایت کنیم و اون مربوط به بهداشت جمعی و عمومی است.

- مرتب کردن تخت خواب خود!

- عدم بردن غذا به اتاق!!!!

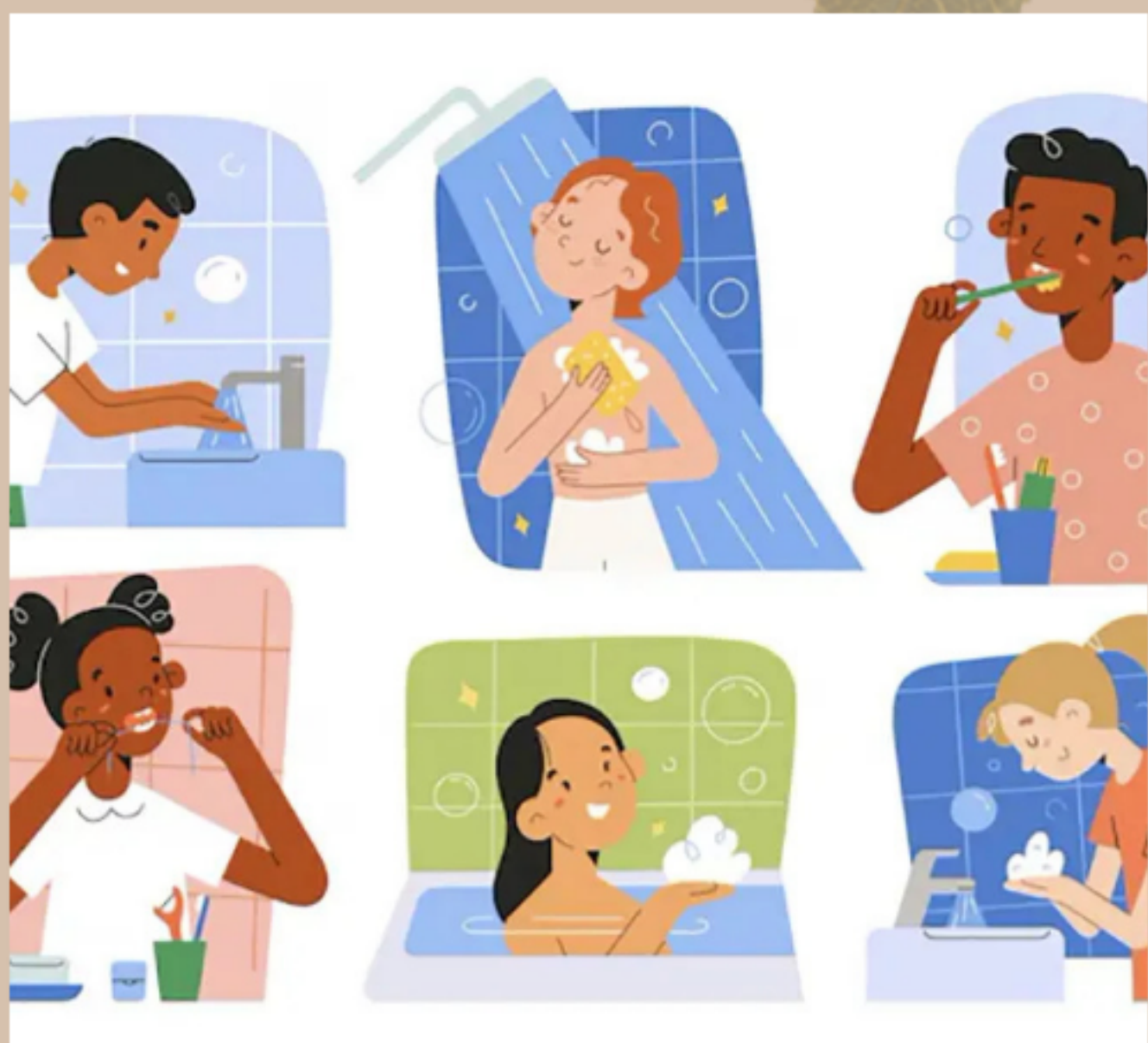
- موهای زیبای خود را در اتاق شانه نکنید یا دست کم یک حوله زیر دست خود پهن کنیم بعد شانه کنیم!

- مرتب کردن لباسهایی که به رگال آویزان است!

- برداشتن به موقع لباسهایی که برای خشک کردن پهن میکنیم!

- کشیدن سیفون سرویس بهداشتی!

- و در نهایت آبکشی حمام بعد از استحمام خود!



واحد مشاوره، بهداشت و سلامت

دانشگاه فرهنگیان استان همدان (واحد خواهران)

خب حالا اینجا نکات مربوط به نظافت خوابگاه رو مرور می‌کنیم:

- جارو کردن اتاق هر دو شب یکبار!

- دور ریختن مواد فاسد شده یخچال و پاکیزه کردن آن هفته ای یکبار حداقل!

- عدم گذاشتن وسایل روی یخچال!

- و در نهایت داشتن یک گلدان زیبا در هر اتاق :



والبته مهمترین نکات:

- خوش رویی.
- معاشرت های اجتماعی.
- احترام گذاشتن به عقاید و نظرات یکدیگر.
- خوش اخلاقی.
- همدردی و همدلی با یکدیگر.
- و مسئولیت پذیر بودن در برابر خود و دیگران.
- رعایت قوانین مربوط به خوابگاه برای برقراری نظم.

واحد مشاوره، بهداشت و سلامت

دانشگاه فرهنگیان استان همدان (واحد خواهران)