



ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਧੋਵੋ

ਕੰਮ ਦੇ ਕੱਪੜੇ ਹਰ ਵਾਰ ਵਰਤਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਧੋਵੋ।
 ਕੰਮ ਦੇ ਕੱਪੜੇ ਆਮ ਕੱਪੜਿਆਂ ਤੋਂ ਅਲੱਗ ਧੋਵੋ।
 ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਦਵਾਈਆਂ ਨਾਲ ਲਿੱਬੜੇ ਕੱਪੜੇ ਸੁੱਟ ਦਿਉ।

- ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਦਸਤਾਨੇ ਵਰਤੋ।
- ਕੱਪੜੇ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਡੁਬੋ ਕੇ ਰੱਖੋ।
- ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਵਰਤੋ (140 ਡਿਗਰੀ ਫਾਰਨਹੀਟ ਜਾਂ 60 ਡਿਗਰੀ ਸੈਂਟੀਗਰੇਡ)
- ਵੱਧ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਕੱਪੜੇ ਧੋਵੋ।
- ਜ਼ਿਆਦਾ ਦੇਰ ਲਈ ਕੱਪੜੇ ਧੋਵੋ।
- ਕੱਪੜੇ ਧੋਣ ਵਾਲਾ ਤੇਜ਼ ਪਾਊਡਰ ਵਰਤੋ।
- ਜ਼ਿਆਦਾ ਲਿੱਬੜੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਨੂੰ ਦੋ ਵਾਰ ਧੋਵੋ।
- ਧੁੱਪ ਵਿੱਚ ਕੱਪੜਿਆਂ ਨੂੰ ਸੁਕਾਉ।
- ਧੋਣ ਤੋਂ ਬਾਦ ਵਾਸ਼ਿੰਗ-ਮਸ਼ੀਨ ਨੂੰ ਧੋਵੋ ਤੇ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ।



www.washwithcare.ca

UNIVERSITY
OF THE FRASER VALLEY

vancouver
foundation

SFU