

PANDUAN KESELAMATAN & KESIHATAN DI BULAN RAMADHAN

رَمَضَانَ كَرِيمًا

SELAMAT MENUNAIKAN IBADAH PUASA 2023



SENTIASA
MENGAMALKAN MINUM
AIR KETIKA MALAM BAGI
MENGELAKKAN
DEHYDRATION



BERIBADAH SECARA
SEDERHANA



PATUHI KESELAMATAN
PENGUNAAN TONG
LPG DI DAPUR APABILA
MEMASAK



AMALKAN PENGAMBILAN
MAKANAN YANG SEHAT
DAN ELAKKAN
PEMBAZIRAN MAKANAN



TIDUR DENGAN CUKUP/
JANGAN MEMANDU
KETIKA MENGANTUK



DILARANG BERMAIN
BAHAN LETUPAN

