

கிருமி மந்திரவாதியை தோற்கடிப்போம்

ஒவ்வொரு நாளும் சாப்பிடுவதற்கு முன் மற்றும்
கழிப்பறை உபயோகித்த பின் கை கழுவுதல்
மந்திரத்துடன் கைகளை கழுவி பாடுவோம்.

உங்களிடம் சோப்பு
இல்லை என்றால், சோப்பு
தண்ணீர் அல்லது மர
சாம்பல் பயன்படுத்தலாம்.

