



INSTRUKCJA PRAWIDŁOWEGO MYCIA RĄK

MYJ RĘCE PRZEZ 40 – 60 SEKUND



Zmocz ręce



Weź mydło na ręce



Myj ręce ocierając dłoń o dłoń



Prawą dłonią myj lewą dłoń między palcami, po stronie grzbietowej i odwrotnie



Myj dłoń o dłoń między palcami, stroną wewnętrzną dłoni



Zegnij palce i ruchami przeciwnymi myj dłonie



Myj kciuk lewej dłoni, prawą dłonią ruchami rotacyjnymi i odwrotnie



Myj wewnętrzną stronę dłoni palcami drugiej dłoni ruchami okrężnymi i odwrotnie



Oplucz ręce pod wodą



Wytrzyj dłonie najlepiej jednorazowym ręcznikiem papierowym



Zakręć kran używając ręcznika najlepiej papierowego



Twoje ręce są teraz czyste !