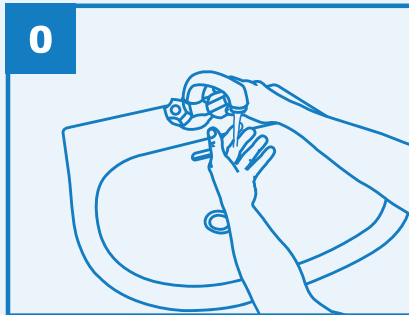


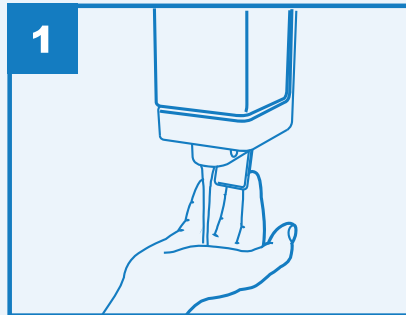
# Higieniczne mycie rąk

 Czas trwania procedury 40-60 sekund.



0

Zwilż dłonie wodą



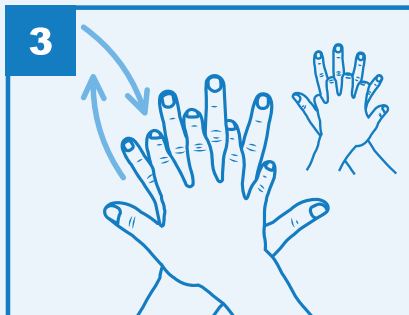
1

Pobierz ilość mydła wystarczającą na pokrycie całych dłoni



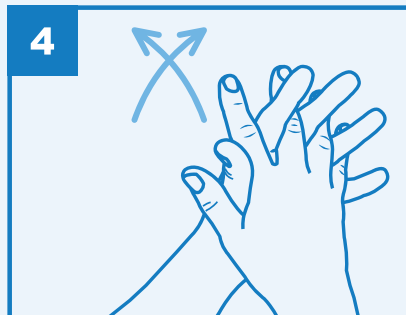
2

Pocieraj wewnętrzne części dłoni



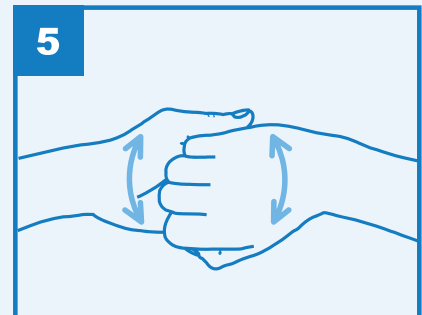
3

Pocieraj wewnętrzną częścią prawej dłoni o grzbietową część lewej dłoni, a następnie odwrotnie



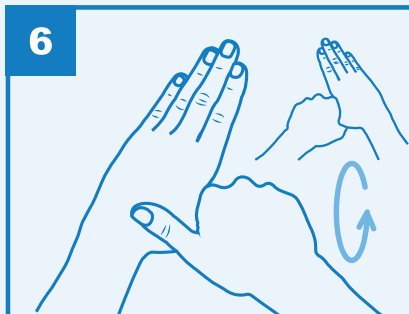
4

Pocieraj wewnętrzne części dłoni z przeplecionymi palcami



5

Pocieraj zewnętrzne części palców jednej dłoni o wewnętrzną część drugiej dłoni z palcami złączonymi



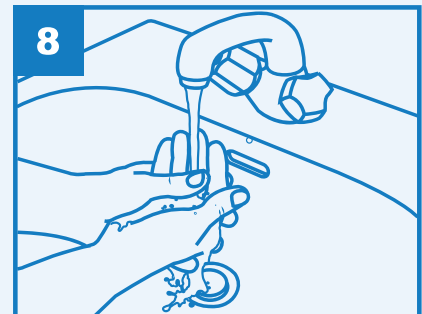
6

Obrotowo pocieraj kciuk prawej dłoni o wewnętrzną część zaciśniętej na nim lewej dłoni a następnie odwrotnie



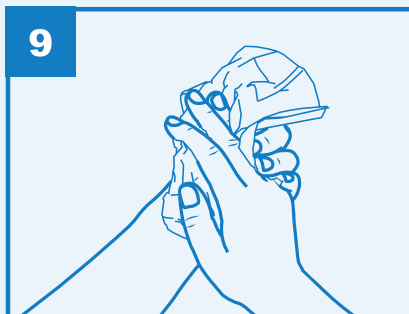
7

Obrotowo pocieraj wewnętrzną część lewej dłoni złączonymi palcami prawej dłoni, a następnie odwrotnie



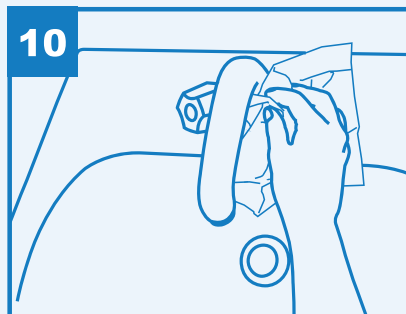
8

Oplucz ręce wodą



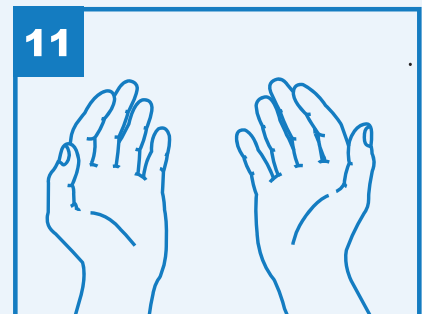
9

Osusz ręce starannie jednorazowym ręcznikiem



10

Użyj ręcznika do zamknięcia wody



11

Twoje ręce są teraz bezpieczne