



Мий руки правильно!



По-перше, руки потрібно мити **мінімум 20 секунд**.

По-друге, важливо спочатку намочити і намити руки.

А потім потерти...



1 Долоня об долоню



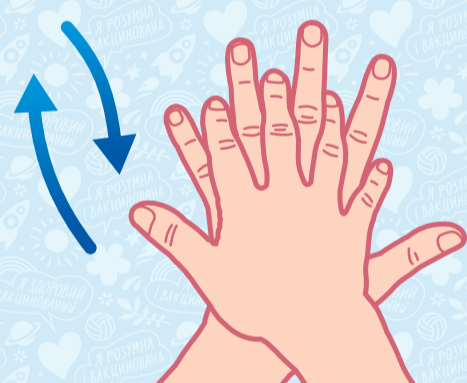
2 Між пальцями



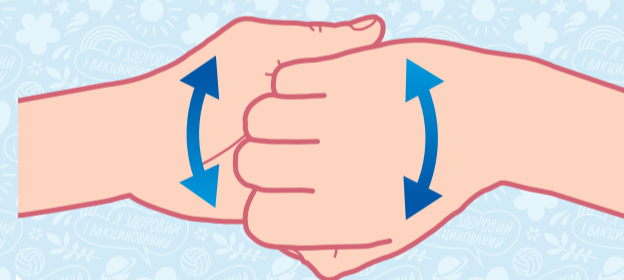
3 Тильні сторони долонь



4 Великі пальці на обох долонях



5 Зворотний бік пальців на обох долонях



6 Нігті однієї руки об іншу долоню і навпаки



7 І нарешті – зап'ястя



8 Коли змиєш мило, ретельно висуши руки індивідуальним рушником

Не забувай:
ти хворітимеш менше,
якщо митимеш руки
частіше і краще!