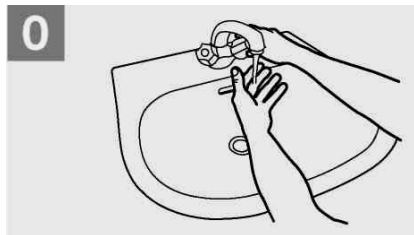
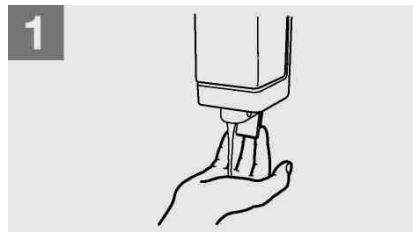


JAK MYĆ RĘCE ?

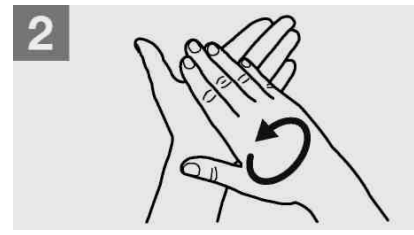
Myj ręce przez 40 – 60 sekund



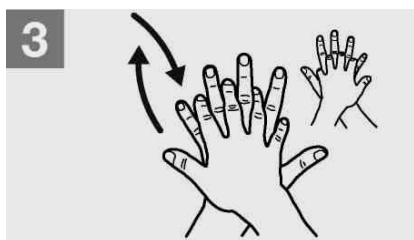
Zmocz ręce



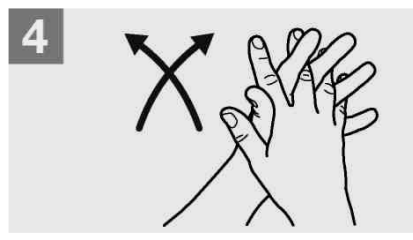
Nabierz mydło na ręce



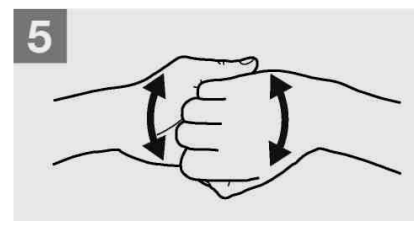
Myj ręce ocierając dłoń o dłoń



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



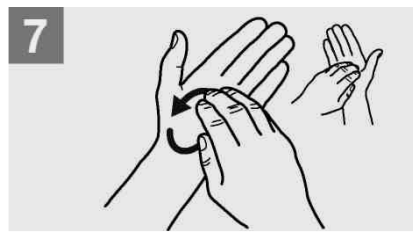
Myj dłoń o dłoń między palcami, stroną wewnętrzną dłoni



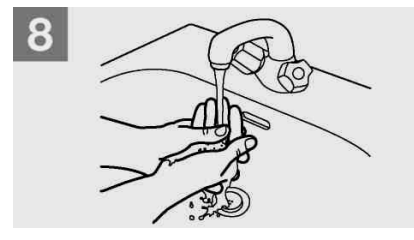
Zegnij palce i ruchami przeciwnymi myj dłonie



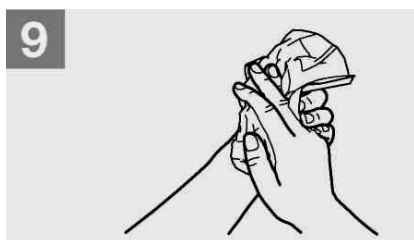
Myj kciuk lewej dłoni, prawą dłonią ruchami rotacyjnymi i odwrotnie



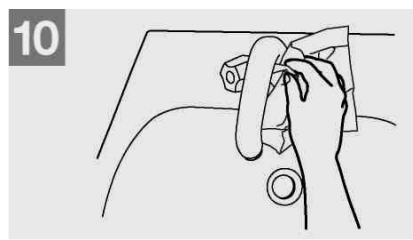
Myj wewnętrzną stronę dłoni palcami drugiej dłoni ruchami okrężnymi i odwrotnie



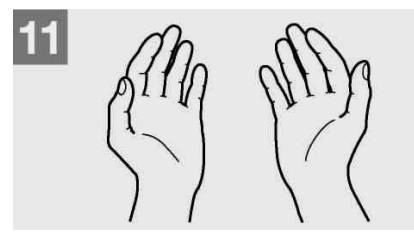
Oplucz ręce pod wodą



Wytrzyj dłonie jednorazowym ręcznikiem papierowym



Zakręć kran używając ręcznika papierowego



Twoje ręce są teraz czyste



Światowa Organizacja
Zdrowia