



INSTRUKCJA

mycia rąk

1



Zmocz dłonie i nanieś odpowiednią ilość mydła.

2



Pocieraj wewnętrzną stroną jednej dłoni o wewnętrzną stronę drugiej dłoni i odwrotnie.

3



Pocieraj wewnętrzną częścią jednej dłoni o grzbietową część drugiej dłoni i odwrotnie.

4



Pocieraj wewnętrznymi częściami dłoni z przeplecionymi palcami.

5



Ruchem obrotowym pocieraj kciuk jednej dłoni wewnętrzną częścią drugiej dłoni i odwrotnie.

6



Ruchem okrężnym opuszkami palców jednej dłoni pocieraj wewnętrzną zagłębienie drugiej dłoni i odwrotnie.

7



Ruchem obrotowym pocieraj nadgarstek jednej dłoni wewnętrzną częścią drugiej dłoni i odwrotnie.

8



Opłucz ręce wodą.

9



Osusz ręce ręcznikiem.

