

Cum să te speli pe mâini?

SPALĂ-TE
CORECT
PE MÂINI
PENTRU
A NU
CONTAMINA
ALIMENTELE



Umezește mâinile
cu apă caldă sau rece



Aplică săpunul
în palmă



Freacă mâinile
palmă cu palmă



Freacă palma dreaptă
peste dosul stâng, cu
degetele întreșesute
și invers



Freacă palmă
cu palmă cu degetele
întreșesute



Freacă spatele
degetelor cu palmele
opuse, cu degetele
împreunate



Apucă strâns și rotește
degetul mare în palma
dreaptă și invers



Freacă vârful degetelor
printr-o mișcare
circulară în ambele
sensuri de palma mâinii
opuse și invers



Clătește bine
mâinile cu apă
caldă sau rece



Usucă bine mâinile
cu un prosop de unică
folosință