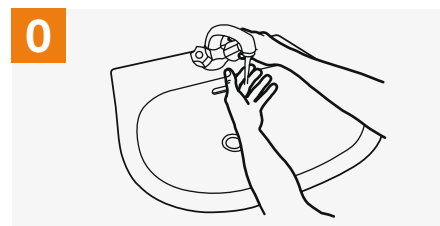
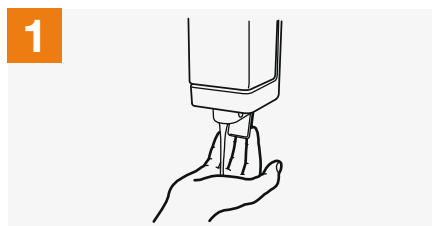


Instrukcja mycia rąk mydłem i wodą

 Czas: 40-60 sekund



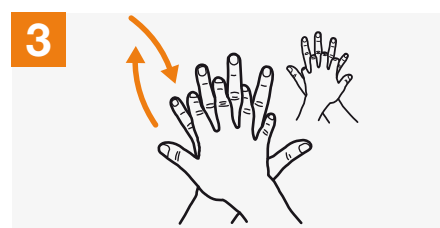
0 Zmoczyć dłonie.



1 Nanieść odpowiednią dozę mydła.



2 Pocierać wewnętrzną stroną lewej dłoni o wewnętrzną stronę prawej dłoni i odwrotnie.



3 Pocierać wewnętrzną częścią prawej dłoni o grzbietową część lewej dłoni i odwrotnie.



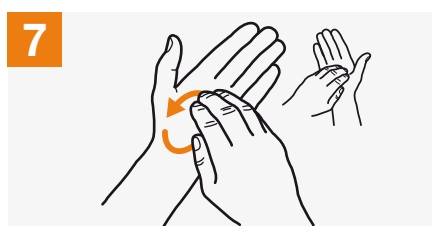
4 Pocierać wewnętrznymi częściami dłoni z przeplecionymi palcami.



5 Pocierać górną część palców prawej dłoni o wewnętrzną część lewej dłoni i odwrotnie.



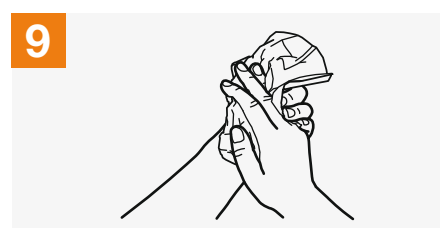
6 Ruchem obrotowym pocierać kciuk prawej dłoni wewnętrzną częścią lewej dłoni i odwrotnie.



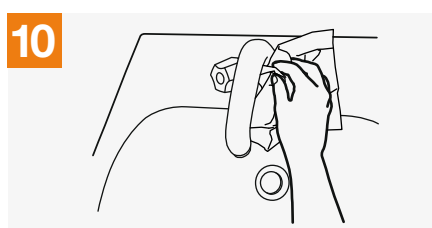
7 Ruchem okrężnym opuszkami palców lewej dłoni pocierać wewnętrzne zagłębienie prawej dłoni i odwrotnie.



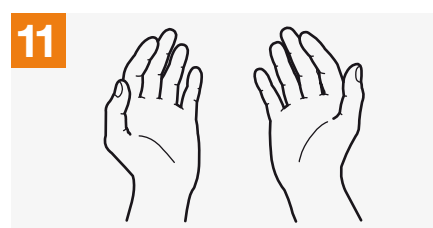
8 Opłukać ręce wodą.



9 Osuszyć ręce ręcznikiem jednorazowym.



10 Użyć ręcznika do zakręcenia wody.



11 Twoje ręce są czyste.