

# Οδηγίες για σωστό πλύσιμο χεριών

Διάρκεια 15-20"



Απομακρύνουμε τα κοσμήματα. Βρέχουμε τα χέρια με νερό.



Βάζουμε σαπούνι ώστε να καλύπτονται όλες οι επιφάνειες.



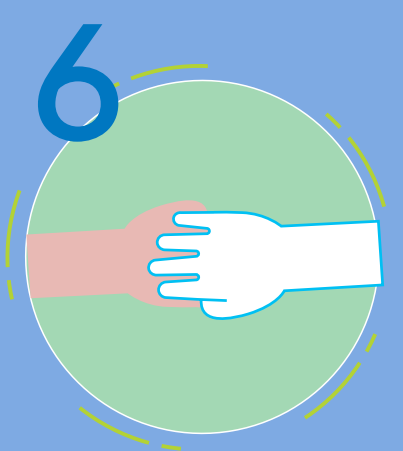
Τρίβουμε τις παλάμες μεταξύ τους.



Τρίβουμε την παλάμη του δεξιού χεριού πάνω στη ραχιαία επιφάνεια του αριστερού.



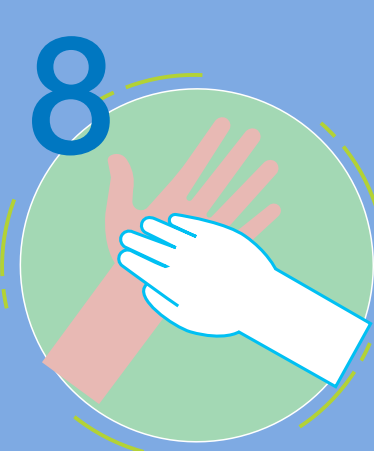
Καλύπτουμε όλη την επιφάνεια των χεριών και τρίβουμε ανάμεσα στα δάχτυλα.



Καθαρίζουμε τις αρθρώσεις των δαχτύλων, το πίσω μέρος της παλάμης και τα δάχτυλα.



Τρίβουμε τους αντίχειρες με περιστροφικές κινήσεις και καθαρίζουμε μεταξύ του δείκτη και του αντίχειρα.



Καθαρίζουμε τα νύχια με περιστροφικές κινήσεις των ακροδάχτυλων στην παλάμη.



Ξεπλένουμε καλά με νερό.



Στεγνώνουμε τα χέρια με πετσέτα μιας χρήσης.



Χρησιμοποιούμε την πετσέτα για να κλείσουμε τη βρύση.



Τα χέρια τώρα είναι ασφαλή.



Επιστρέφοντας,

**ΠΡΟΣΕΧΟΥΜΕ διπλά!**

Με υπευθυνότητα, ΜΕΝΟΥΜΕ ΑΣΦΑΛΕΙΣ για την αδιάλειπτη ηλεκτροδότηση της χώρας!