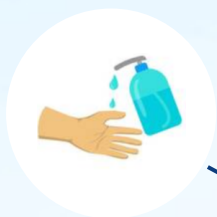


Jak si správně umýt ruce?

1) Namoč si ruce vodou a vezmi si mýdlo



3) Pravou dlaní si drhni levý hřbet ruky a naopak



5) Krouživými pohyby umyj oba palce



7) Opláchni si ruce vodou



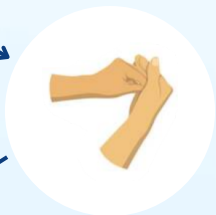
2) Rozetři mýdlo v dlaních



4) Umyj si dlaně s propletenými prsty



6) V dlaních si umyj konečky prstů



8) Nakonec ruce osuš ručníkem



.....

Kdy si mýt ruce?

před jídlem



po jízdě MHD



po použití toalety



po návštěvě lékaře



po kýchnutí a smrkání



po vynášení odpadků

