

Мило. Вода. Чисті руки.

Розтирайте всі поверхні рук
щонайменше 20 секунд.



01 Змочіть і намильте

Змочіть руки проточною водою. Нанесіть стільки рідкого мила, щоб покрити обидві руки.

02 Долоні та тильні боки

Потріть долоні одна об одну, потім кожною долонею тильний бік іншої руки.

03 Між пальцями

Переплетіть пальці. Потріть між ними й очистьте тильний бік пальців.

04 Великі пальці та кінчики

Потріть кожен великий палець. Потріть кінчики пальців і нігті об протилежну долоню.

05 Ополіскування

Змийте все мило під чистою проточною водою.

06 Витріть руки й закрийте кран

Витріть одноразовим рушником. Ним же закрийте ручний кран.

Мийте руки перед приготуванням їжі та після сирих продуктів, туалету, сміття, прибирання, перерв або дотику до обличчя чи телефону. Рукавички та гель для рук не замінюють миття рук.