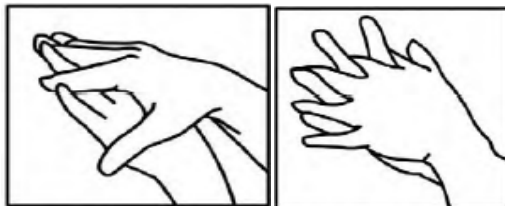


A helyes kézmosás lépései

1. Nedvesítsük be a kezünket langyos vízzel.
2. Adagoljunk a tenyerünkbe megfelelő mennyiségű folyékony szappant - vagy egyéb folyékony tisztítószer. Jó, ha ehhez a szappanadagolót minél kisebb felületen kell megérintenünk. Ha hagyományos szappant használunk, akkor azt a kézmosást követően mossuk el.
3. Alaposan dörzsöljük össze a tenyereinket.



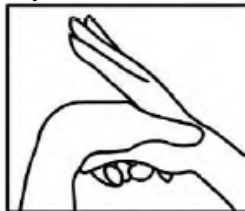
4. Majd az egyik tenyerünkkel dörzsöljük meg a másik kezünk kézfejét úgy, hogy az ujjak közötti részhez is odaérjünk. Ezt ismételjük meg váltott kézzel is.



5. Ismét dörzsöljük össze a két tenyerünket, most azonban úgy, hogy az ujjainkat összekulcsoljuk.
6. Az egyik kezünk tenyerével dörzsöljük meg a másik kezünk ujjainak hátát, úgy hogy az ujjakat összekapcsoljuk. Ezt váltott kézzel megismételjük.



7. Ezután a hüvelykujj tisztítása következik még pedig úgy, hogy a tenyerünkbe vesszük és körkörös mozdulatokkal dörzsöljük. Ugyanezt megismételjük a másik kezünkkel is.



8. Az egyik kezünk ujjbegyeit körkörös mozdulatokkal dörzsöljük a másik kezünk tenyeréhez. Tegyük ugyanezt a másik kezünkkel is.



9. Folyóvízzel alaposan öblítsük le a kezünket.
10. Töröljük szárazra egyszer használatos papírtörővel.
11. Végül egy papírtörő segítségével zárjuk el a csapot.