

Lavarsi le mani in modo efficace

Durata dell'operazione: almeno 20 secondi



1 Bagnati le mani con acqua



2 Insaponale abbondantemente



3 Strofinale insieme palma contro palma



4 Strofini il dorso di ciascuna mano con la palma dell'altra, intrecciando le dita



5 Strofinati le palme l'una con l'altra intrecciando le dita



6 Strofini ciascuna palma con il dorso delle dita, intrecciandole



7 Strofinati i pollici di una mano avvolgendoli con l'altra, con un movimento rotatorio



8 Strofinati la punta delle dita di una mano nella palma dell'altra, con un movimento circolare



9 Risciacquati bene le mani con l'acqua



10 Asciugale accuratamente con una salvietta monouso



11 Tieni la salvietta tra le mani e usala per chiudere il rubinetto



Hai ora le mani pulite e sicure!