

# МОЕМ РУКИ ПРАВИЛЬНО

**НЕ ЗАБЫВАЙ!**

перед едой  
после общения с животными

после посещения туалета

после кашля и чихания  
после игр и занятий спортом



1  
Открой кран и смочи руки водой.



2  
Нанеси на ладони мыло.



3  
Интенсивно разотри ладони до его вспенивания.



4  
Помой тыльные стороны кистей.



5  
Потри пальцы с внешней стороны.



6  
Разотри ладони.



8  
Не забудь помыть запястья.



9  
Промой руки под струей воды и выключи кран.



10  
Тщательно высуши руки полотенцем.



**МОЙ РУКИ НЕ МЕНЕЕ 30 СЕКУНД!**

