

إن المداومة على غسل يديك  
بالصابون و الماء هي الطريقة  
المثلى للحد من انتشار الجراثيم.

# الطريقة السليمة



احرص على غسل ظهر اليدين، والإبهامين  
ومابين الأصابع، وتحت الأظافر جيداً.



ضع الصابون على يديك، ثم  
افركهما جيداً لمدة 15-20 ثانية.



اشطف يديك مستخدماً الماء  
الجاري الدافئ.



اغلق الصنبور  
مستخدماً منشفة.



نشّف يديك مستخدماً  
منشفة نظيفة.



اشطف يديك تحت الماء الجاري  
لتتخلص من الصابون.