

# Мийте руки правильно!

Вихованці з перших днів перебування дитини в дитячому садку формують у ній культурно-гігієнічні навички, зокрема звичку мити руки відповідно до рекомендацій гігієністів та епідеміологів. Дуже важливо, аби ці навички закріплювали батьки вдома. Мийте руки правильно й навчайте цього дітей!

1



Намочіть руки водою

2



Взьміть таку кількість мила, аби кистичками закрити всю поверхню руки

3



Потріть одну долонню об існу

4



Потріть правою долонню тильну поверхню лівої руки. Повторіть ті самі дії лівою рукою

5



Переплетіть палиці між собою та розтріпайте долонню об долонню

6



З'єднайте пальці в «зімочку», тильною стороною зігнутих пальців розтріпайте долонню другої руки

7



Обхопіть правою рукою великий палець лівої, розтріпайте його круговими рухами. Повторіть ті самі дії лівою рукою

8



Потріть палицями правої руки одну долонню круговими рухами вперед-назад. Повторіть ті самі дії лівою рукою

9



Промийте руки водою. Не торкайтесь при цьому раковини

10



Результат: потріть руки одноразовим рушником

11



Закрийте кран за допомогою одноразового рушника

12



Будьте спокійні — ваші руки чистіше!

Примітка. Інформацію подано за даними Всесвітньої організації охорони здоров'я — [who.int](http://who.int)