

ПРАВИЛНА ТЕХНИКА ПРАЊА РУКУ ВОДОМ И САПУНОМ

“ЧИСТЕ РУКЕ - БЕЗБЕДНЕ РУКЕ”

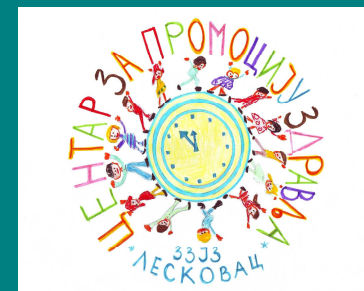
Завод за јавно здравље Лесковац

Центар за промоцију здравља

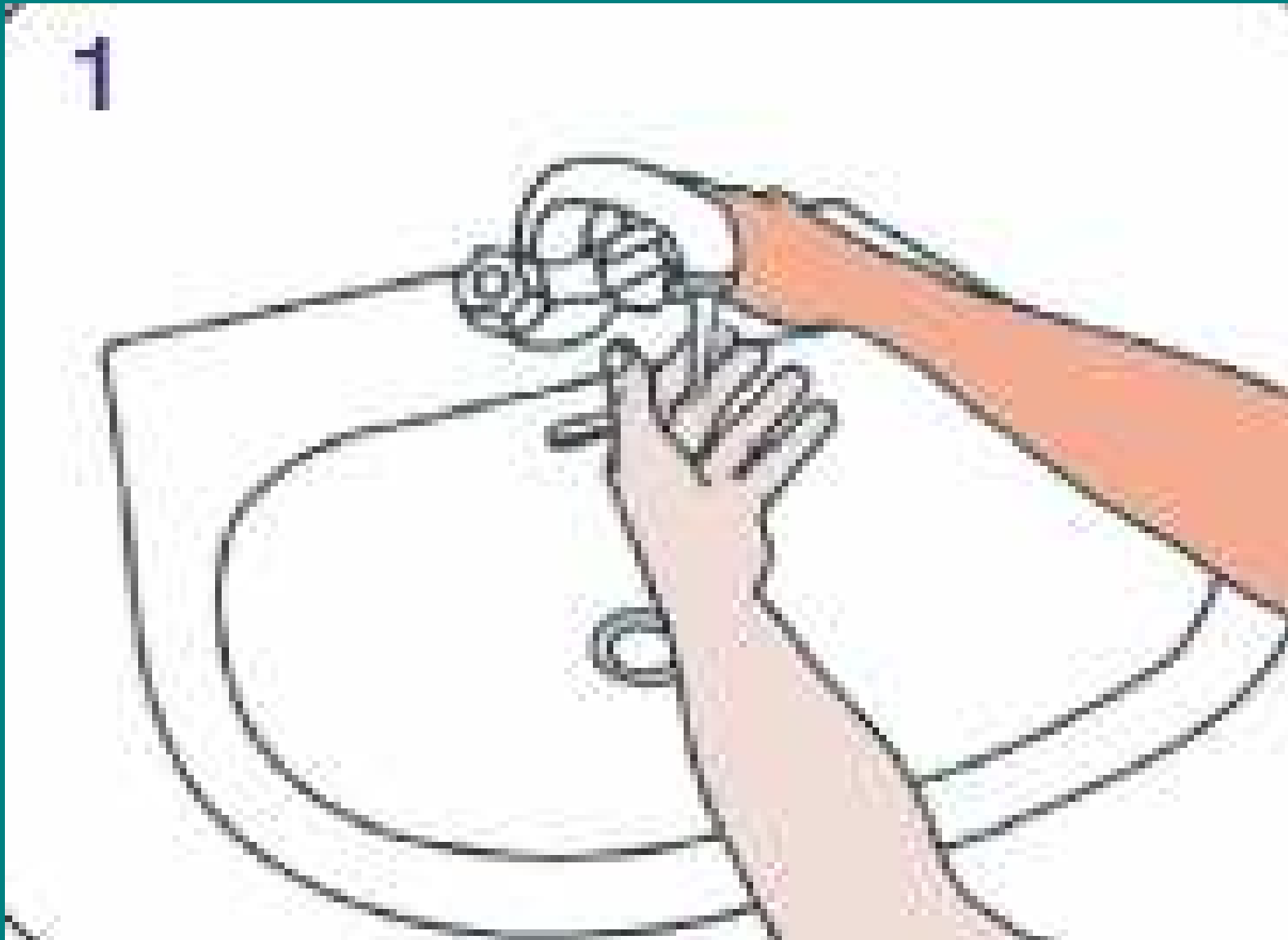


Др Војислава Петковић

2008. година



Наквасити руке водом



**Узети довољну количину течног сапуна
да покрије све површине дланова**



Трљати руке дланом о длан



Испреплићући прсте, трљати
длан
једне шаке о надланицу друге

4



Испреплићући прсте, трљати
дланове један о други



Прсте спојити у пределу јагодица,
савити их и трљати спољном страном
прстију
о длан друге шаке



Шаком обухватити палац друге руке и трљати га кружним покретима



**Прсте скупити на длан друге шаке и
трљати кружним покретима**



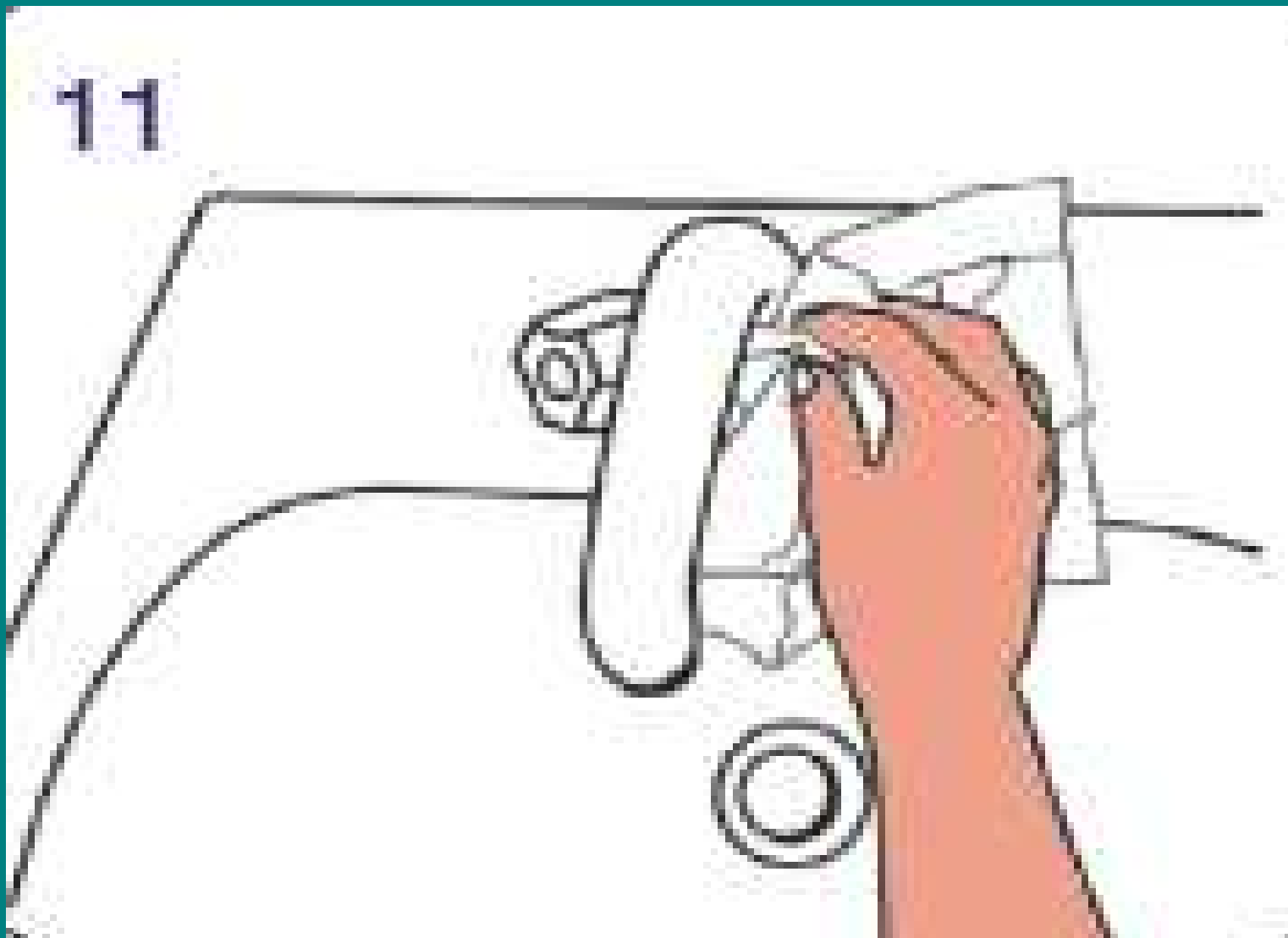
Испрати руке водом



Осушити руке папирним убрусом...



..и њиме затворити славину...



... и ваше руке су чисте!

Време 40-60 секунди

