JAK SI SPRÁVNĚ MÝT RUCE



Navlhčete si ruce pod tekoucí vodou.



Naneste dostatečné množství mýdla do dlaně.



Třete dlaní o dlaň kroužívým pohybem.



Položte dlaň pravé ruky na hřbet levé ruky. Zaklesněte prsty. Třete pravou dlaní o hřbet levé ruky. Pak ruce vyměňte.



Dejte ruce k sobě dlaněmi. Zaklesněte prsty. Třete dlaněmi o sebe ze strany na stranu.



Zaklesněte ohnuté prsty do sebe. Třete hřbet prstů pravé ruky o dlaň ruky levé a naopak.



Třete kroužívým pohybem levý palec v sevřené pravé dlani. Pak ruce vyměňte.



Třete dlaň levé ruky obousměrnými kroužívými pohyby sevřených prstů pravé ruky. Pak ruce vyměňte.



Opláchněte ruce pod tekoucí vodou.



Ruce si pečlivě osušte. Jednorázový ručník použijte k zastavení kohoutku.

Energom Projekty a.s.