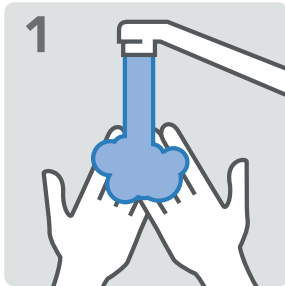


HÅNDVASK PROSEDYRE

Håndvask er en av de mest effektive måtene til å forhindre spredningen av basiller.

Følg disse trinnene hver gang du vasker hendene dine:



1 Fukt hendene i rent, varmt, rennende vann.



2 Såp inn hendene godt.



3 Vask hendene, mellom fingrene og under neglene i minst 20 sekunder.



4 Skyll hendene godt under rent, rennende vann.



5 Tørk hendene med et rent håndkle eller la dem lufttørke.



6 Bruk et håndkle til å skru av kranen.