



كيف ننظف أيدينا؟

مدة الإجراء من
40 إلى 60 ثانية

4



إفرك ظهر اليد اليسرى براحة اليد اليمنى مع شبك الأصابع ثم كرر نفس الشيء باليد اليمنى

3



إفرك يديك بدعك الراحيتين

2



ضع كمية كافية من الصابون لتغطية اليدين معاً

1



بلل يديك جيداً

8



أفرك راحة اليد اليمنى بحركة دائرية إلى الخلف وإلى الأمام بحيث تشتبك أصابع اليد اليمنى براحة اليد اليسرى والعكس بالعكس

7



إفرك ظهر الكف الأيمن بإبهام اليد اليسرى بشكل دائري ثم إفرك ظهر الكف الأيسر بإبهام اليد اليمنى

6



أفرك بظهر أصابع اليد اليمنى راحة اليد اليسرى وظهر أصابع اليد اليسرى باليد اليمنى مع قبض الأصابع

5



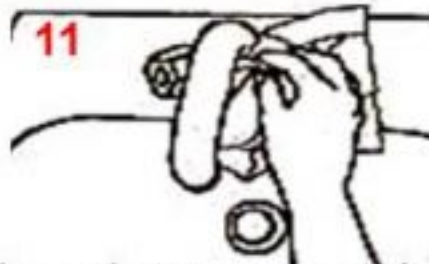
أشبك الأصابع مع فرك الراحيتين

12



والآن أصبحت يديك آمنتين

11



أغلق الصنبور (الحنفية) بفوطاة نظيفة أحادية الاستخدام

10



جفف اليدين جيداً بفوطاة نظيفة أحادية الاستخدام

9



أشطف يديك بالماء