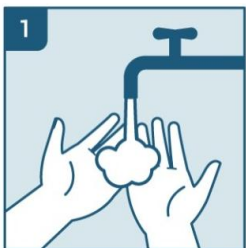
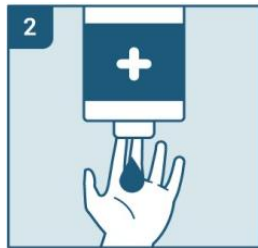


ΠΩΣ ΝΑ ΠΛΕΝΕΤΕ ΤΑ ΧΕΡΙΑ ΣΑΣ

Τα καθαρά χέρια προστατεύουν από τη μόλυνση



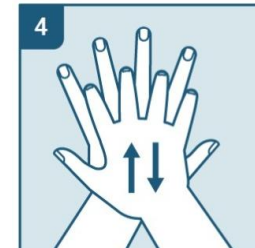
1 Βρέξτε τα χέρια σας



2 Χρησιμοποιήστε αρκετό σαπούνι για να καλύψετε όλες τις επιφάνειες των χεριών



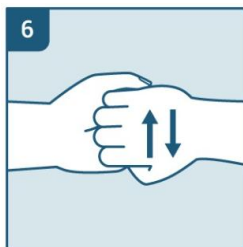
3 Τρίψτε τα χέρια παλάμη με παλάμη



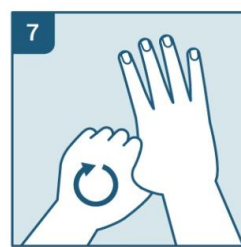
4 Δεξιά παλάμη πάνω από την αριστερή ράχη και αριστερή παλάμη πάνω από τη δεξιά ράχη



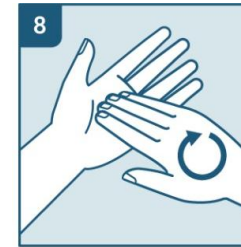
5 Παλάμη με παλάμη με τα δάχτυλα να συνυφαινόνται



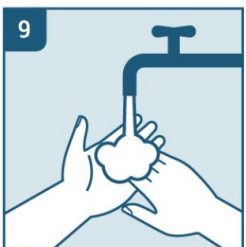
6 Το πίσω μέρος των δάχτυλων στις αντίθετες παλάμες με τα δάχτυλα αλληλοσυνδεδεμένα



7 Περιστροφόμενο τρίψιμο του δεξιού αντίχειρα που σφίγγετε στην αριστερή παλάμη και αντιστρόφως



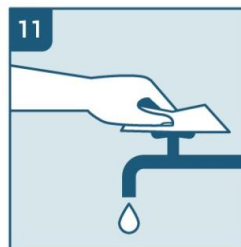
8 Περιστροφόμενο τρίψιμο προς τα πίσω και προς τα εμπρός, σφίγγοντας τα δάχτυλα του δεξιού χεριού στην αριστερή παλάμη και αντιστρόφως



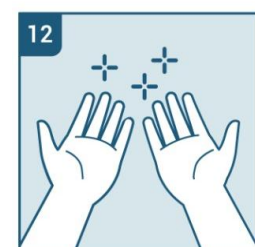
9 Ξεβγάλετε τα χέρια σας με νερό



10 Στεγνώστε καλά τα χέρια σας με πετσέτα μιας χρήσης



11 Χρησιμοποιήστε την πετσέτα για να κλείσετε τη βρύση



12 Τα χέρια σας είναι καθαρά