

КАК ПРАВИЛЬНО МЫТЬ РУКИ



Намочите руки



Нанесите мыло на руки



Потрите ладонью об ладонь



Переверните одну кисть, потрите с обратной стороны



Потрите между пальцами



Сложите пальцы в замок, потрите друг о друга



Потрите большие пальцы



Помойте под ногтями и вокруг них



Ополосните руки



Протрите насухо бумажным полотенцем



Используя бумажное полотенце, закройте кран



Теперь у вас чистые руки

МОЕМ РУКИ ПРАВИЛЬНО!



Чтоб здоровыми нам быть,
Надо ручки чаще мыть.
Кран для этого откроем,
Смочим теплой их водой,



Тщательно намылим
Жидким пенным мылом.
Трем ладошки друг о друга,
Вымоем все пальчики -
Это правило простое
Для девочек и мальчиков.



После ручки сполоснем,
Смоем все бактерии.
Пусть от нас они бегут
Вместе с мыльной пеной.



Полотенчиками ручки
Высушим бумажными,
Для ладошек очень вредно
Оставаться влажными,



Тем же полотенчиком
Мы закроем кран,
Чтоб с него бактерии
Не попали к нам.

