

POJĎME SI PLÁCNOUT na čisté ruce

Myjte
si ruce po dobu
20-ti sekund

Sušte
si ruce po dobu
20-ti sekund



Namočte si ruce pod
čistou tekoucí vodou.
Použijte teplou vodu,
pokud je to možné.



Naneste na ruce mýdlo
a myjte se po dobu 20-
ti sekund. Tekuté mýdlo
je nejlepší.



Ruce si namydlete tak,
dokud mýdlo nenapění.



Rozetřete jej po obou
stranách rukou...



i mezi prsty a palci...



a dokola a dokola
oběma rukama.



Opláchněte všechno
mýdlo pod čistou
tekoucí vodou. Použijte
teplou vodu, pokud je
to možné.



Sušte si ruce po dobu
20-ti sekund, nejlépe
za použití papírového
ručníku.

Vždy si ruce umyjte a osušte...

PŘED

Jídlem nebo přípravou jídla

PO

Kýchnutí, kašli či smrkání | Hraní venku
| Kontaktu se zvířaty | Použití toalety

Děkujeme, že nám pomáháte udržet nás a naše pacienty v bezpečí

