

# «ДАЙ ПЯТЬ» Чистым Рукам

**МОЙТЕ**  
руки в течение  
20 секунд

**сушите**  
руки в течение  
20 секунд



Намочите руки под чистой проточной водой. При наличии используйте тёплую воду.



Нанесите мыло на руки и мойте их в течение 20 секунд. Лучше всего подойдёт жидкое мыло.



Трите руки вместе пока мыло не образует пену



Потрите обе стороны каждой руки ...



и между пальцами включая большие пальцы ...



круговыми движениями обе руки



Смойте всё мыло под чистой проточной водой. При наличии используйте тёплую воду.



Сушите свои руки по всюду на протяжении 20 секунд. Лучше всего подойдёт бумажное полотенце (или, если вы дома, чистое сухое полотенце)

## Всегда мойте и сушите свои руки ...

**ПЕРЕД**

приёмом или приготовлением пищи

**ПОСЛЕ**

того, как вы чихали, кашляли или сморкались | играли на улице  
| контактировали с животными | посетили туалет

Спасибо за вашу помощь в обеспечении безопасности наших пациентов и персонала.

