



خطوات غسل اليدين

احرص على غسل يديك بالماء
والصابون دائماً



افرك ظهر اليد براحة
الأخرى



قم بفرك الصابون على كامل
اليدين لكي تحصل على رغوة
كافية



خذ كمية كافية من الصابون
في راحة اليدين



بلل اليدين والمعصمين
بالماء



افرك راحة اليد بأصابع اليد
الأخرى



افرك راحة اليد بإبهام اليد
الأخرى



اشبك اليدين وافرك أطراف
الأصابع



وحد راحة اليدين ونظف بين
الأصابع



جفف اليدين باستعمال
منشفة نظيفة أو منديل
ورقي



شطف اليدين جيداً
باستخدام الكثير من الماء