

Чистые руки

Через немытые руки перед едой, если не мыть фрукты и овощи в организм попадают инфекции.

**Возникают болезни
«грязных рук»**



**5 простых шагов
при мытье рук,
чтобы сохранить
своё здоровье:**

*-смочите руки водой
и намыльте их(или
нанесите небольшое
количество жидкого
мыла);*

*-трите руки до тех
пор, пока мыло не
вспенится, мойте
кожу между пальцев
и под ногтями;*

*-продолжайте
тереть руки ещё 15
секунд;*

2021