
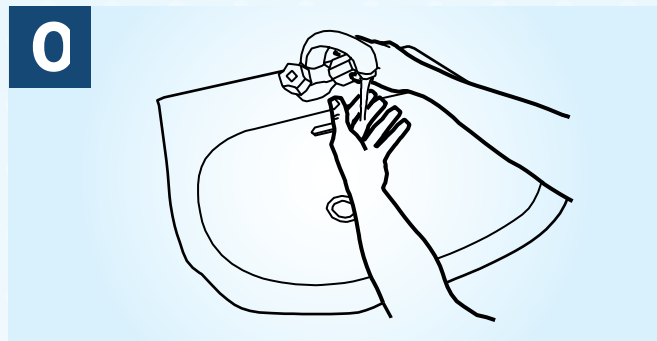


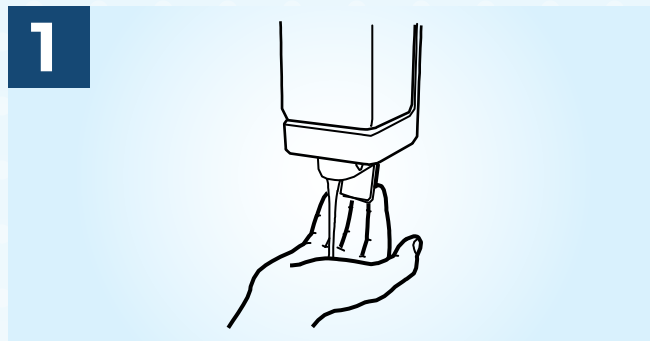
LAVE AS MÃOS!

Lembre-se de lavar as mãos antes das refeições e após usar o banheiro.
Manter as mãos limpas, evita doenças!

 Tempo de lavagem: entre 40 e 60 segundos



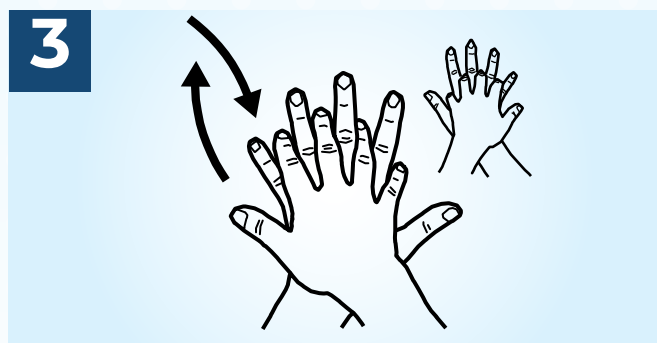
0 Molhe as mãos;



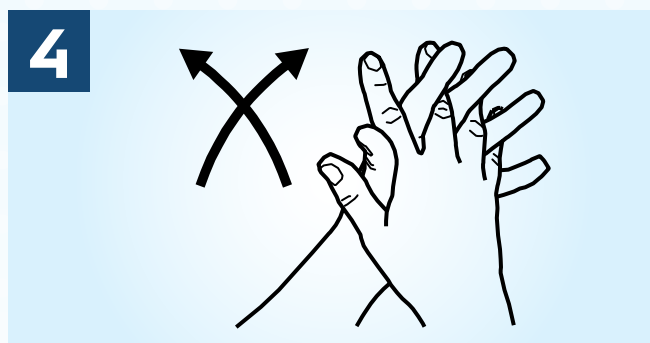
1 Coloque um pouco de sabão na palma da mão;



2 Esfregue as palmas das mãos;



3 Esfregue a palma da mão direita contra a parte de trás dos dedos da mão esquerda, entrelaçando os dedos, e vice-versa;



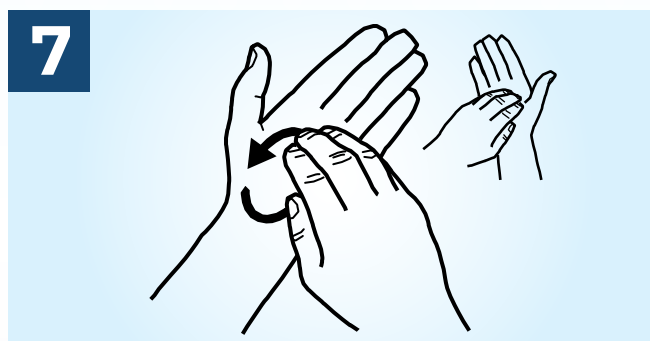
4 Esfregue as palmas das mãos com os dedos entrelaçados;



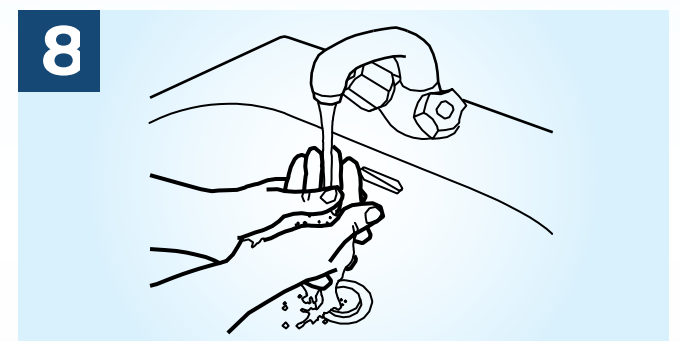
5 Esfregue o dorso dos dedos de uma mão contra a palma da outra mão;



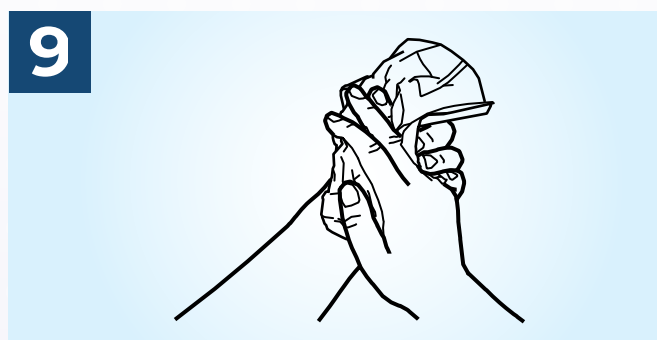
6 Rodeie o polegar esquerdo com a palma da mão direita, esfregue-o com movimentos circulares e vice-versa;



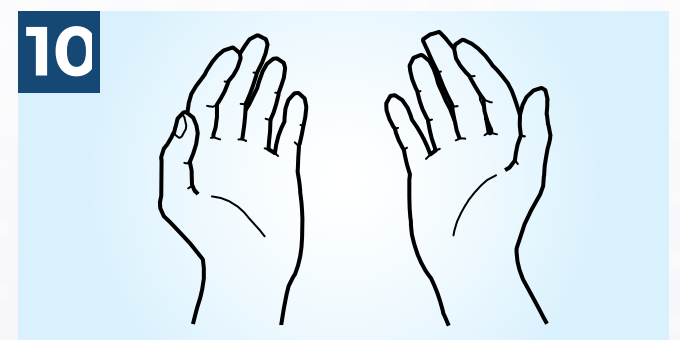
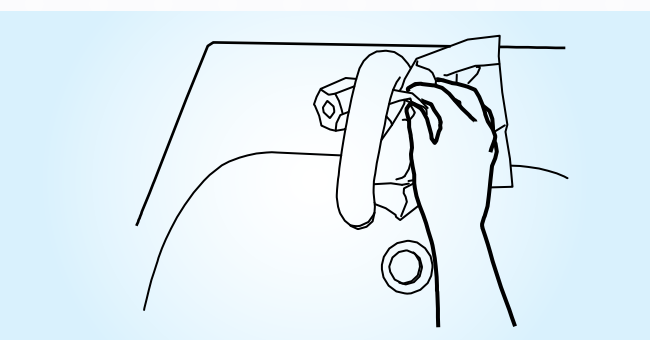
7 Esfregue as pontas dos dedos da mão direita contra a palma da mão esquerda com movimentos circulares e vice-versa;



8 Enxágue as mãos;



9 Seque bem. Se usar toalha de papel, em banheiro público, use-a também para fechar a torneira antes de jogá-la no lixo;



10 Depois disso, suas mãos estarão limpas e seguras.

Fonte: Organização Mundial da Saúde

REALIZAÇÃO:



Instituto
**Melhores
Dias**

melhoresdias.org.br