

INSTRUKCJA MYCIA RĄK

PROCEDURA BHP OBOWIĄZUJĄCA W BUDYNKU SZKOŁY PODSTAWOWEJ NR 32 Z ODDZIAŁAMI INTEGRACYJNYMI IM. PAMIĘCI MAJDANKA W CZASIE PANDEMII COVID-19

Aby skutecznie umyć dłonie należy:

1. Na zwilżone ręce nałożyć porcję mydła w ilości, która starczy na pokrycie obu dłoni.
2. Pocierać ręce o siebie wewnętrznymi powierzchniami dłoni.
3. Pocierać wewnętrzną stroną prawej dłoni o zewnętrzną stronę lewej dłoni. Czynność powtórzyć, zmieniając ręce.
4. Przepleść między sobą palce obu dłoni i pocierać wewnętrznymi stronami ręką o rękę.
5. Spleść ze sobą zagięte palce obu dłoni i pocierać palcami o siebie.
6. Pocierać okrężnymi ruchami prawą zamkniętą dłonią o lewy kciuk. Czynność powtórzyć, zmieniając ręce.
7. Pocierać palcami prawej dłoni okrężnym ruchem wewnętrzną stroną lewej dłoni. Czynność powtórzyć, zmieniając ręce.
8. Umyć nadgarstki obu dłoni.
9. Spłukać ręce wodą.
10. Wyrzeć dłonie jednorazowym ręcznikiem.

DYREKTOR SZKOŁY PODSTAWOWEJ NR 32 Z
ODDZIAŁAMI INTEGRACYJNYMI
IM. PAMIĘCI MAJDANKA W LUBLINIE

Ewa Joanna Gęca

