

1



Opłucz ręce wodą.

2



Nabierz mydła.

3



Namydl obydwie
wewnętrzne
powierzchnie dłoni.

4



Spleć palce
i namydl je.

5



Namydl wierzch
naprzemiennie
jednej i drugiej dłoni.

6



Namydl kciuki.

7



Namydl nadgarstki.

8



Splucz
i wytrzyj ręce.