



# ZMNIJSZ ZASIĘG COVID-19. MYJ RĘCE.



1

Zmocz dłonie  
ciepłą wodą



2

Nałóż nieco mydła



3

Przez co najmniej  
20 sekund myj:



4

Dobrze spłucz  
dłonie



5

Dobrze wytrzyj dłonie  
papierowym ręcznikiem



6

Zakręć wodę, korzystając  
z papierowego ręcznika



dłonie i wierzch  
każdej dłoni



przestrzenie  
między palcami



przestrzenie pod  
paznokciami



kciuki

☎ 1-833-784-4397

@ [canada.ca/le-coronavirus](https://canada.ca/le-coronavirus)

