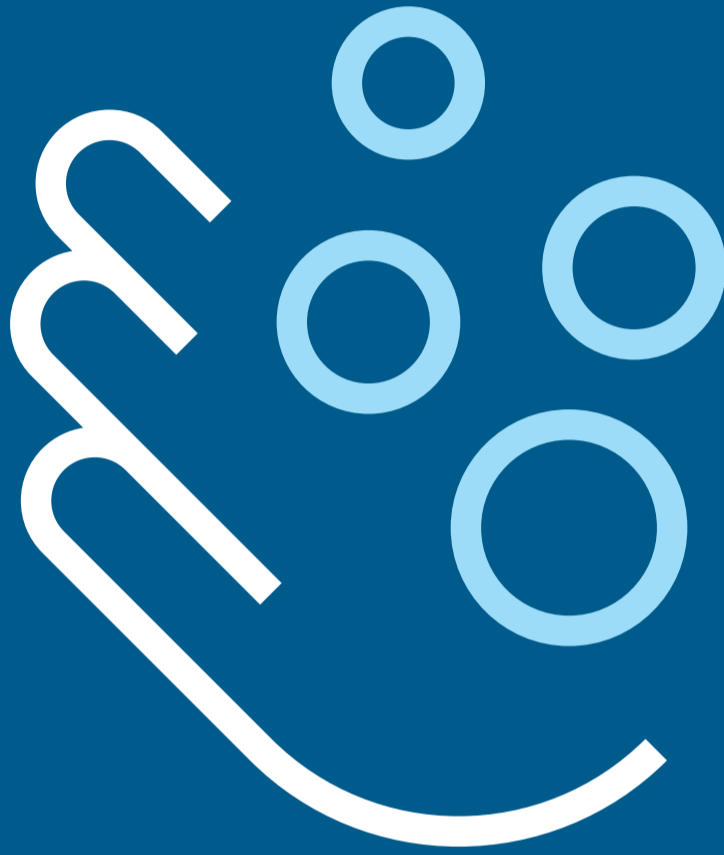


نظافة اليدين



اغسل يديك بعناية بالماء والصابون، أو استعمل معقم اليدين، خاصة:

- ✓ حين تكون في الخارج وتدخل إلى مكان ما، مثلاً حين حضورك إلى مكان العمل أو المدرسة
- ✓ حين ترجع إلى البيت
- ✓ بعد زيارة المرحاض
- ✓ قبل تناول الطعام وبعده
- ✓ عند قيامك بتنظيف أنفك أو السعال/السعال في اليد

تذكرا دائماً أن تغسل يديك، لا أن تستعمل معقم اليدين، إن كانت يداك متسختين بشكل ظاهر.