

Załącznik nr 2 do Zarządzenia nr 9/2020 Dyrektora Ośrodka Pomocy Społecznej w Łazach z dnia 5 października 2020 roku w sprawie ustalenia zasad bezpiecznego postępowania podczas stanu zagrożenia epidemicznego lub stanu epidemii w związku z zakażeniami wirusem SARS-CoV-2 powodującym COVID-19 zatrudnionych w Ośrodku Pomocy Społecznej w Łazach

Instrukcja mycia rąk

1. Myj ręce co najmniej przez 30 sekund
2. Rozpocznij od zmożenia rąk czystą wodą
3. Kolejno nabierz tyle mydła, aby dokładnie pokryło całą powierzchnię dłoni
4. Skrupulatnie rozprowadź mydło po powierzchni skóry i paznokci pocierając o siebie rozprostowane dłonie
5. Pamiętaj o dokładnym umyciu przestrzeni pomiędzy palcami, grzbietów palców oraz okolic kciuków
6. Na koniec dokładnie opłucz ręce czystą, bieżącą wodą i wytrzyj dłonie do sucha jednorazowym ręcznikiem papierowym, który niezwłocznie po użyciu wyrzuć do kosza

Jak skutecznie myć ręce?



1 Zwilż ręce ciepłą wodą. Natóż mydło w płynie w zagłębienie dłoni.



2 Namydł obydwie wewnętrzne powierzchnie dłoni.



3 Spleć palce i namydł je.



4 Namydł kciuk jednej dłoni drugą ręką i na przemian.



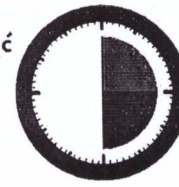
5 Namydł wierzch jednej dłoni wnętrzem drugiej dłoni i na przemian.



6 Namydł obydwie nadgarstki.



7 Sptucz starannie dłonie, żeby usunąć mydło. Wyszusz je starannie.



**Całkowity czas:
30 sekund**

Nie zapomnij umyć tych obszarów:



Główny Inspektorat Sanitarny



/GIS_gov



/GISgovpl



/GIS_gov_pl



/gis.gov.pl

DYREKTOR
Ośrodka Pomocy Społecznej
w Łazach
mgr Bożena Strzelecka-Kłopot