

RENTAT DE MANS AMB AIGUA I SABÓ

The infographic illustrates the correct technique for handwashing in 10 numbered steps. Each step is accompanied by a small illustration and a brief instruction in Catalan. The steps are: 1. Wet hands with water and apply soap. 2. Rub palms together. 3. Rub the back of the right hand with the palm of the left and vice versa. 4. Rub the palm of one hand with the fingers of the other interlaced. 5. Rub the back of the fingers against the opposite palm with fingers crossed. 6. Rub the fingers of the left hand against the palm of the right hand, curled around the thumb, and vice versa. 7. Rub the tips of the fingers together against the opposite palm. 8. Rinse hands. 9. Dry hands with a paper towel. 10. Use the same paper towel to turn off the faucet.

- 

· Un cop us heu mullat les mans amb aigua, apliqueu-vos-hi sabó.
- 

· Friccioneu un palmell amb l'altre.
- 

· Friccioneu el palmell de la mà dreta sobre el dors de l'esquerra i viceversa.
- 

· Friccioneu un palmell amb l'altre amb els dits entrelaçats.
- 

· Friccioneu el dors dels dits contra el palmell oposat amb els dits travats.
- 

· Friccioneu per rotació els dits de la mà esquerra tancada al voltant del dit polze dret i viceversa.
- 

· Friccioneu per rotació les puntes dels dits juntes contra el palmell de la mà contrària i viceversa.
- 

· Esbandiu-vos les mans.
- 

· Eixugeu-vos les mans amb una tovalloleta de paper.
- 

· Utilitzeu el mateix paper per tancar l'aixeta.

EL RENTAT HA DE DURAR DE 40 A 60 SEGONS.