

# Håll dig frisk - tvätta händerna rätt!

Följ instruktionerna för att tvätta händerna nedan för att minska spridning av smitta. Ge det minst 20 sekunder för mest effektiva resultat.



Använd tvål



Handflata mot handflata



Baksidan av händerna



Mellan fingrarna



Tummarnas bas



Gnugga naglarna



Handleder



Sköj nog!



Torka händerna