



IIS

GUARASCI-CALABRETTA

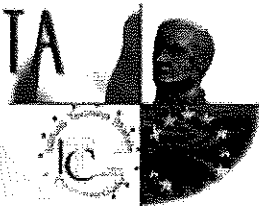
VIA CARLO AMIRANTE - 88068 SOVERATO (CZ) - ITALIA

Tel. Liceo 0967 21058 - Tel. ITE 0967 21261

Codice fiscale 97095970790 - Codice Meccanografico CZ15018008

cz15018008@istruzione.it - cz15018008@pec.istruzione.it

<https://www.guarascicalabretta.edu.it>



Allegato 6

Come lavarsi e disinfettarsi le mani con sapone o soluzione alcolica (anche indossando i guanti)

<https://www.youtube.com/watch?v=yYBvinBxdng>

Lavare le mani con acqua e sapone occorrono 60 secondi

1. bagna bene le mani con l'acqua
2. applica una quantità di sapone sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani
3. friziona bene le mani palmo contro palmo
4. friziona il palmo sinistro sopra il dorso destro intrecciando le dita tra loro e viceversa
5. friziona le mani palmo contro palmo avanti e indietro intrecciando le dita della mano destra incrociate con quelle della sinistra
6. friziona il dorso delle dita contro il palmo opposto tenendo le dita strette tra loro
7. friziona il pollice destro mantenendolo stretto nel palmo della mano sinistra e viceversa
8. friziona ruotando avanti e indietro le dita della mano destra strette tra loro nel palmo della mano sinistra e viceversa
9. friziona il polso ruotando avanti e indietro le dita della mano destra strette tra loro sul polso sinistro e ripeti per il polso destro
10. sciacqua accuratamente le mani con l'acqua
11. asciuga accuratamente le mani con una salvietta monouso
12. usa la salvietta monouso per chiudere il rubinetto

Lavare le mani con la soluzione alcolica occorrono 30 secondi

1. versa nel palmo della mano una quantità di soluzione sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani
2. friziona le mani palmo contro palmo
3. friziona il palmo sinistro sopra il dorso destro intrecciando le dita tra loro e viceversa
4. friziona bene palmo contro palmo con le dita intrecciate
5. friziona il dorso delle dita contro il palmo opposto tenendo le dita strette tra loro
6. friziona il pollice destro mantenendolo stretto nel palmo della mano sinistra e viceversa
7. friziona ruotando avanti e indietro le dita della mano destra strette tra loro nel palmo della mano sinistra e viceversa
8. friziona il polso ruotando avanti e indietro le dita della mano destra strette tra loro sul polso sinistro e ripeti per il polso destro
9. una volta asciutte le tue mani sono pulite