



# 6 kroków do czystych rąk



**1. Umyj rączkom  
brzuszki**



**2. później plecki**



**3. i paluszki**



**4. potem palce złap  
na wędkę**



**5. pokręć kciuki  
śrubokrętem**



**6. i nadgarstki umyj  
sobie, by zapomnieć  
o chorobie.**

**Wojewódzka Stacja Sanitarno-  
Epidemiologiczna  
w Szczecinie**

Oddział Oświaty Zdrowotnej i Promocji  
Zdrowia

**Polskie Towarzystwo Higieniczne**