

För att undvika spridning av smitta tvätta dig så här med flytande tvål



1. Fukta händerna med ljummet vatten. Låt vattnet rinna.
2. Ta en dos tvål och massera händerna så att tvålen skummar. (Räkna till tio.)
3. Skölj av tvålen ordentligt så att det inte blir kvar några tvålrester. (Räkna till tio.)
4. Torka dig med engångstorkpapper. En textilhandduk är en riktig smittspridare.
5. Stäng av kranen med torkpappret.
6. Använd gärna en handkräm efter tvätten om du har torr hud.