

NOVO CORONAVÍRUS

COVID-19

LAVAGEM DAS MÃOS

(com uma solução à base de álcool)



Duração total do procedimento: **20 seg.**

Irás demorar o mesmo tempo que cantas os “Parabéns”!



01 Aplica o produto numa mão em forma de concha para cobrir todas as superfícies



02 Esfrega as palmas das mãos, uma na outra



03 Palma direita sobre o dorso esquerdo com os dedos entrelaçados e vice versa



04 Palma com palma com os dedos entrelaçados



05 Esfrega o polegar esquerdo em sentido rotativo, entrelaçado na palma direita e vice versa



06 Esfrega rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice versa

Agora as tuas mãos estão seguras e protegidas!