

Tvätta händerna som barnen i Laos

Gör så här

Blöt händerna med varmt vatten och ta tvål. (Ta inte så varmt vatten att du bränner dig)

1. Tvåla in handflatorna
2. Tvåla in ovsidan av handen och mellan fingrarna.
3. Tvåla in ena tummen
4. Tvätta dig mellan fingrarna med händernas insidor mot varandra.
5. Tvåla in andra tummen
6. Gnugga fingertopparna mot insidan av handen.
7. Tvätta handlederna

Skölj med varmt vatten och torka dig med en handduk (om du har en egen) eller med en pappersservett.

