

# Si të lahen duart

Lani duart tuaja me sapun dhe ujë,  
veçanërisht nëse ato dukshëm janë të ndyra.



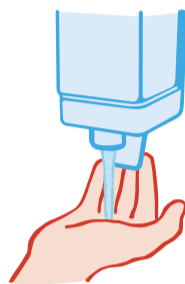
Kohëzgjatja e gjithë  
procedurës:  
**40-60 sekonda**

**1**



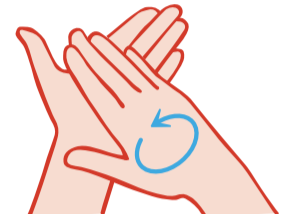
Lagini duart me ujë.

**2**



Vendosni mjaft sapun që të mbulohet e  
gjithë sipërfaqja e dorës.

**3**



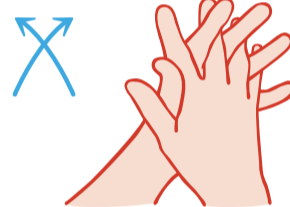
Fërkojini duart pëllëmbë me pëllëmbë.

**4**



Pëllëmba e djathtë mbi shpinën e së majtës  
me gishtat e gërshetuar dhe anasjelltas.

**5**



Pëllëmbë me pëllëmbë me gishtat e  
gërshetuar.

**6**



Shpinën e gishtave kundër pëllëmbëve  
me gishtat e gërshetuar.

**7**



Fërkim rrotullues i gishtit të madh të  
majtë duke e shtrënguar në pëllëmbën  
e djathtë dhe anasjelltas.

**8**



Fërkim rrotullues, prapa dhe përpara me  
gishtat e shtrënguar të dorës së djathtë  
në pëllëmbën e majtë dhe anasjelltas.

**9**



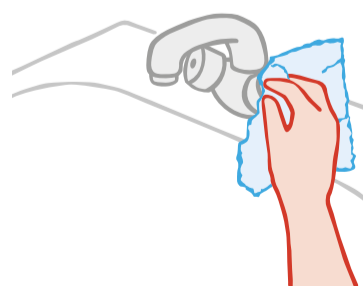
Shpëlajni duart me ujë.

**10**



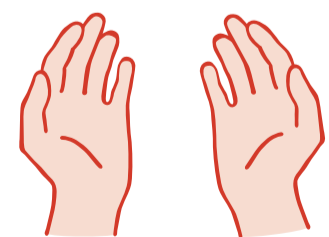
Thaji duart tërësisht me peshqir për  
një përdorim.

**11**



Përdore peshqirin për ta  
ndalur rubinetin.

**12**



Duart tuaja tash janë të sigurta.