



# ЗАПОБІГАЙТЕ ПОШИРЕННЮ COVID-19. МИЙТЕ РУКИ



1

Намочіть руки  
теплою водою



2

Намилуйте руки



3

Мийте руки  
протягом  
se20 секунд



4

Добре сполосніть



5

Ретельно висушіть  
руки паперовим  
рушничком



6

Маючи в руці паперовий  
рушничок, закрийте  
кран



долоню та  
тильну  
сторону  
кожної кисті



між  
пальцями



під  
нігтями



великі  
пальці

☎ 1-833-784-4397

@ [canada.ca/coronavirus](https://canada.ca/coronavirus)

Канадська агенція охорони здоров'я

