

# الخطوات الصحيحة لغسل اليدين

## The Proper Procedure for Hand Washing

بل يديك بالماء  
Wet hands with water



إفرك باطن اليد بباطن اليد الأخرى  
Rub hands palm to palm



باطن اليد بباطن اليد الأخرى مع تشابك الأصابع والعكس  
Palm to palm with fingers interlocked



فرك الإبهام الأيسر  
بشكل دائري والعكس  
Rotational rubbing of left thumb clasped in right palm and vice versa



شطف اليدين بالماء  
Rinse hands with water



أغلق صنبور الماء  
باستخدام مناديل ورقية  
Use the tissue to turn off the faucet



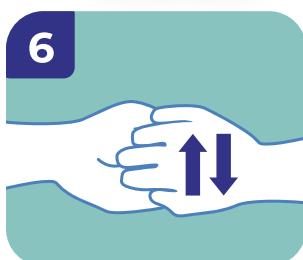
ضع كمية كافية من الصابون بحيث تغطي سطح اليد  
Apply enough soap to cover all hands surfaces



ظهر الأصابع بباطن اليد الأخرى والأصابع مضمومة  
Right palm over left dorsum with interlaced fingers and vice versa



إفرك باطن اليد اليمنى على ظهر اليد اليسرى مع تشابك الأصابع والعكس  
Backs of fingers to opposing palms with fingers interlocked



إفرك راحة اليد اليمنى  
بأصابع اليد اليسرى بحركة دائيرية  
Rotational rubbing, backwards and forwards with clasped fingers of right hand in left palm and vice versa



تجفيف اليدين جيداً  
باستخدام مناديل ورقية  
Dry hands thoroughly with clean tissue paper



يديك الآن آمنة  
Your hands are now safe

