

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 منديل 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



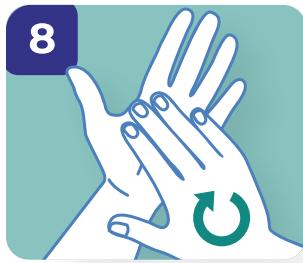
ظهر الأصابع بباطن اليد الأخرى والأصابع مضمومة
Right palm over left dorsum with interlaced fingers and vice versa



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 منديل ورقية
Dry hands thoroughly with clean tissue paper



يديك الآن آمنة
Your hands are now safe

