



TC.
CEYHAN KAYMAKAMLIĞI
İLÇE MÜDÜRLÜĞÜ
AYŞE MALAZ İLKOKULU
EL HİJYENİ VE EL YIKAMA TALİMATI



1. Ellerinizi ılık veya soğuk suyla ıslatın. Musluğu açın ve ıslatmak için ellerinizi suyun altında tutun. Avuç içlerinizi ve ellerinizin arkasını tamamen ıslattığınızdan emin olun, böylece sabun eşit bir şekilde yayılacaktır.
2. Ellerinizden birinin avuç içine bozuk para büyüklüğünde bir el sabunu alın. Sonra sabun köpürene kadar ellerinizi ovuşturun.
3. Avuç içleri aşağı gelecek şekilde önce bir elinizi diğerinin üzerine, sonra üst elinizdeki parmakları alt elinizdeki parmakların arasına koyun. Ovalamak için ellerinizi parmaklarınız boyunca yukarı ve aşağı hareket ettirin. Ardından parmaklarınızı avuç içlerinizle birbirine geçirin ve işlemi tekrarlayın.
4. Ellerinizi düzgün bir şekilde yıkamak, temiz akan suyla ıslatmak ve sabun uygulamak, ardından ellerinizdeki her yüzeyi ovmak için en az 20 saniye harcayın. Parmaklarınızın arasını, tırnaklarınızın altını, baş parmaklarınızın ve bileklerinizin etrafını yıkadığınızdan emin olun.
5. Ardından, ellerinizi suyun altında durulayın, kâğıt havluyla kurulayın ve musluğu kapatmak için kâğıt havlu kullanın.



TC.
CEYHAN KAYMAKAMLIĞI
İLÇE MÜDÜRLÜĞÜ
AYŞE MALAZ İLKOKULU
EL HİJYENİ VE EL YIKAMA TALİMATI



İşlem Süresi: 20 saniye



Ellerinizi su ile ıslatın;



Tüm el yüzeyine yetecek miktarda avuç içine sabun dökün;



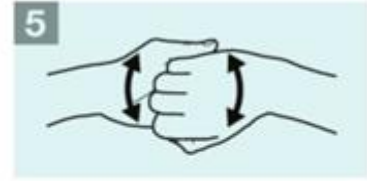
Avuç içlerini birbirine sürerek sabunu iyice köpürtün;



Bir elinizin içini diğer elinizin dışına gelecek şekilde birleştirin ve parmak aralarını ovalayın;



Avuç içlerinizi birleştirerek parmak aralarını ovalayın;



Avuç içleriniz birbirine bakacak şekilde parmaklarınızı birbirine kenetleyin ve ovalayın;



Baş parmaklarınızı diğer elinizin avucuyla kavrayarak ovun;



Parmak uçlarınızı birleştirerek diğer elinizin avuç içinde ovalayın;



Ellerinizi iyice durulayın;



Ellerinizi tek kullanımlık bir kağıt havlu ile kurulayın;



Kullandığınız kağıt havluyu musluğu kapatmak için kullanın;



Kuruduktan sonra elleriniz artık temizdir.