

محافظت کردن خود و دیگران از ویروس کورونا

# روش دست شستن

با آب و صابون دست خود را

بشوید و مطمئن شوید که  
تمامی سطح کف و پشت دست  
شسته شده است



مطمئن شوید که به پشت  
دستها هم رسیدگی کرده اید



کف دو دست را صابون بزنید و  
به هم بمالید



مچ دست ها را صابون بزنید و  
بچرخانید



بین انگشتان را صابون بزنید



دست ها را زیر آب جاری آب  
بکشید



به شستن رو و پشت انگشتان  
شست توجه کنید



دست ها را به خوبی خشک  
کنید

