

DOSLEDNOST PRI UMIVANJU ROK!



ROKE NAJPREJ DOBRO
SPLAKNEMO POD
TOPLO TEKOČO
VODO.



NANESEMO MILO.



UMIVAMO DLAN
OB DLAN,
GIB NAREDIMO
5 DO 10 KRAT.



UMIVAMO PRSTNE
BLAZINICE IN NOHTE,
GIB NAREDIMO
5 DO 10 KRAT.



UMIVAMO PALCA
OBEH ROK,
GIB NAREDIMO
5 DO 10 KRAT.



UMIVAMO MEDPRSTNE
PROSTORE,
GIB NAREDIMO
5 DO 10 KRAT.



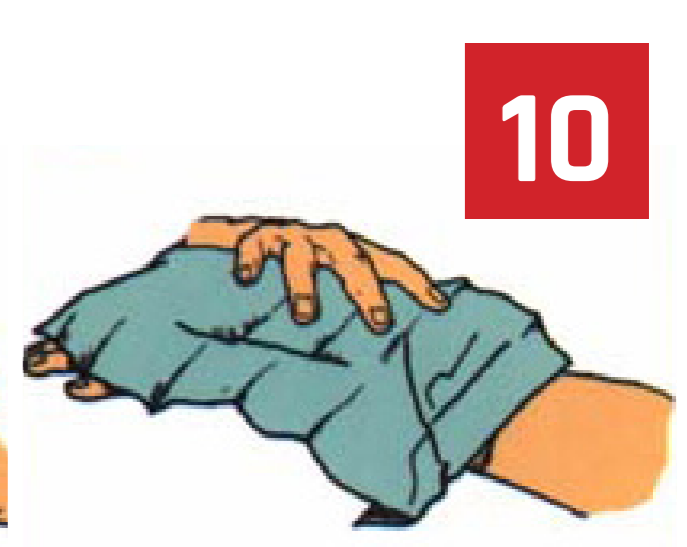
UMIVAMO HRBTIŠČE
ROK, GIB
NAREDIMO
5 DO 10 KRAT.



UMIJEMO TUDI
ZAPESTJE,
GIB NAREDIMO
5 DO 10 KRAT.



ROKE SPEREMO OD
KONIC PRSTOV
NAVZDOL.



ROKE PO UMIVANJU
DOBRO OSUŠIMO.