

SÓLO SON 40 SEGUNDOS

Moja manos con agua y pon suficiente jabón.

Frota palmas de las manos entre sí.

Frota palma de una mano contra dorso de la otra, entrelazando dedos.

Frota palmas de manos entre sí con dedos entrelazados.

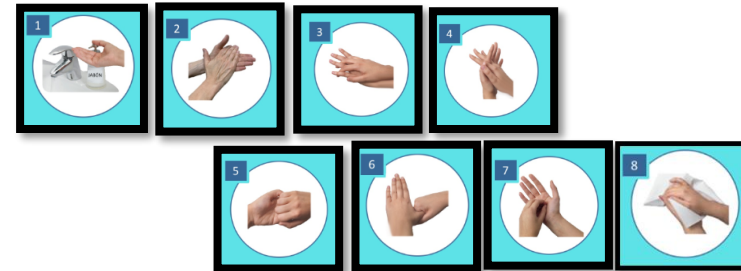
Frota dorso de los dedos de una mano con la palma de la otra.

Frota con movimiento de rotación, pulgar del dedo de una mano, cogiéndolo con la palma de la otra mano y viceversa.

Frota con movimiento de rotación, puntas de dedos de una mano contra la palma de la otra y viceversa.

Seca bien las manos.

Por tu salud y la de
todas las personas,
**lávate
correctamente las
manos**



40 SEGUNDU BAINO EZ DIRA

Eskuak buzti itzazu eta xaboi nahikoa jarri.

Esku - azpiak elkarren kontra igurtzi.

Esku baten esku - azpia bestearen esku - gaintzaren kontra igurtzi, hatzak elkarri lotuz.

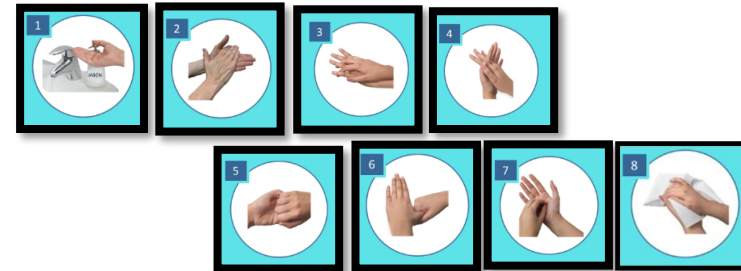
Esku baten hatzamarren atzekaldea bestearen esku - azpiarekin igurtzi.

Biraketa-mugimenduarekin igurtzi, esku bateko hatzaren erpurua, beste eskuko - azpiarekin hartuz eta alderantziz.

Errotazio-mugimenduarekin igurtzi, esku bateko behatz-puntak bestearen ahurraren kontra eta alderantziz.

Eskuak ondo lehortu.

Zurea eta denon
osasunagatik,
eskuak ondo garbitu



إنها أربعون ثانية فقط

بلل يديك بالماء و ضع الصابون الكافي.

افرك كفي يديك مع بعضها.

افرك بكف يدك ظهر كف اليد الاخرى، مع تشبيك الاصابع.

افرك كفي اليدين مع بعضهما مع تشبيك الاصابع.

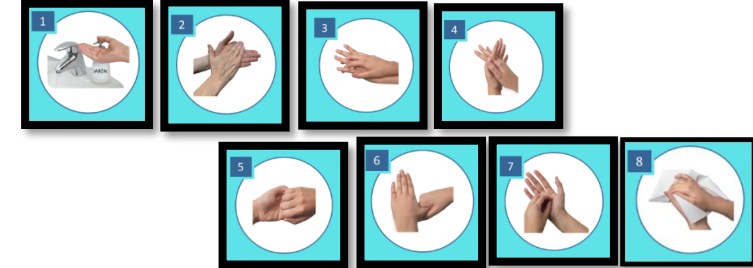
افرك أظهر أصابع يد واحدة بكف اليد الاخرى.

افرك بحركة دائرية، إبهام أصبع إحدى يديك ممسكا إياه بكف اليد الاخرى و العكس.

افرك بحركة دائرية، أطراف أصابع إحدى يديك على كف اليد الاخرى والعكس.

جفف يداك جيدا.

من أجل صحتك وصحة
جميع الأشخاص، اغسل
يديك بطريقة جيدة



CE N'EST QUE 40 SECONDES

Trempez les mains dans l'eau et mettez assez de savon.

Frottez les mains les unes contre les autres.

Frottez la paume d'une main contre le dos de l'autre, en entrelaçant les doigts.

Frottez vos mains les unes contre les autres avec des doigts entrelacés.

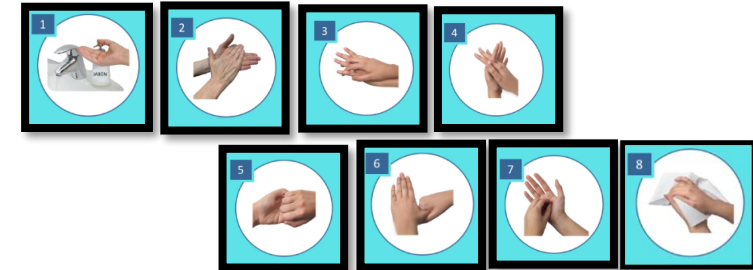
Frottez le dos des doigts d'une main avec la paume de l'autre.

Frottez avec un mouvement de rotation, pouce du doigt d'une main, en le tenant avec la paume de l'autre main et vice versa.

Frottez avec un mouvement de rotation, pointes de doigts d'une main contre la paume de l'autre et vice versa.

Séchez bien les mains.

Pour votre santé et
celle de tous,
**lavez-vous
correctement les
mains**



IT ONLY TAKES 40 SECONDS

Wet your hands with plenty of soap and water.

Rub the palms of your hands together.

Rub the palm of one hand against the back of the other entwining the fingers.

Rub the palms of your hand together with your fingers entwined.

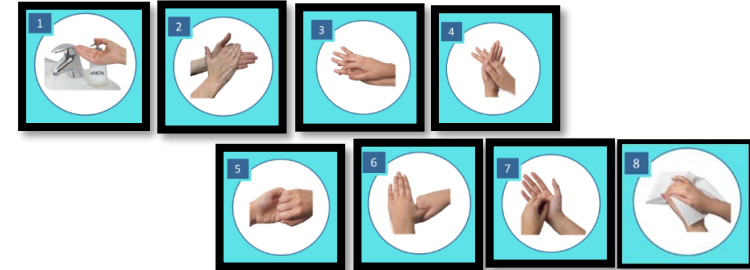
Rub the back of your fingers on one hand with the palm of the other.

Rub your hands in a circular motion, holding the thumb of one hand in the palm of the other and vice versa.

Rub in a circular motion the finger tips of one hand against the palm of the other and vice versa.

Dry your hands well.

For your own health
and that of others,
**wash your hands
properly**



APENAS 40 SEGUNDOS

Molhe as mãos com água e coloque bastante sabão.

Esfregue as palmas das mãos.

Esfregue a palma de uma das mãos nas costas da outra, entrelaçando os dedos.

Esfregue as palmas das mãos com os dedos entrelaçados.

Esfregue as costas dos dedos de uma mão com a palma da outra.

Esfregue em um movimento giratório, o polegar do dedo de uma mão, segurando-o com a palma da outra mão e vice-versa.

Esfregue em um movimento giratório, as pontas dos dedos de uma mão contra a palma da outra e vice-versa.

Seque bem as mãos.

Para sua saúde e de
todas as pessoas,
lave bem as mãos



SUNT NUMAI 40 DE SECUNDE

Udați mâinile cu apă și puneți suficient săpun.

Frecați palmele împreună.

Frecați palma unei mâini de partea din spate a celeilalte, cu degetele deshise.

Frecați palmele împreună cu degetele interconectate.

Frecați partea din spate a degetelor unei mâini cu palma celeilalte.

Frecați cu o mișcare rotativă, degetul mare al degetului unei mâini, apucând-o cu palma celeilalte mâini și invers.

Frecați cu o mișcare rotativă, vârful degetelor unei mâini de palma celeilalte și invers.

Uscați-vă bine mâinile.

Pentru sănătatea ta
și a tuturor
oamenilor,
**spală-te pe mâini în
mod corespunzător**



ВСЕГО 40 СЕКУНД

Намочите руки водой и нанесите достаточное количество мыла.
Намыльте руки и потрите ладони.
Потрите между и вокруг пальцев.
Потрите тыльную сторону каждой руки ладонью другой руки.
Потрите кончики пальцев каждой руки о ладонь другой руки.
Потрите большой палец каждой руки другой рукой.
Тщательно промойте руки под проточной водой.
Хорошо высушите руки.

Для сохранения
вашего здоровья и
здоровья
окружающих,
правильно мойте
руки

