

«Это важно»



Друзья, необходимо соблюдать правила личной гигиены: безопасность - прежде всего! На протяжении всего дня мы прикасаемся ко множеству разных поверхностей, которые, конечно, не являются стерильными. Попадание же бактерий в организм может привести к возникновению различных заболеваний. Одно из самых простых и эффективных средств защиты организма - тщательное мытье рук.

Мойте руки правильно перед каждым приёмом пищи и после него. Правильно, значит, соблюдая следующие правила:

- не менее 30 секунд намыливайте ладони, пальцы, межпальцевые промежутки, тыльные поверхности кистей;
- после ополосните руки теплой проточной водой и вытрите или высушите насухо;
- затем обработайте руки антисептическим средством для дезинфекции рук, дозатора с которым, кстати, установлены в каждом классе.

Соблюдайте эти простые правила и будьте здоровы! Берегите себя и своих близких!