

# Gaixotasun kutsagarriak nola prebenitu

## Eskuen higieena

(40-60 segundo, eskuak nabarmenki zikin badaude)



Busti eskuak uretan  
eta eman xaboia.



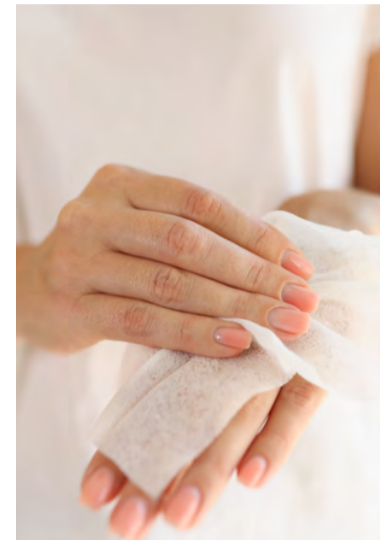
Igurtzi bi eskuak.



Igurtzi eskugainak.



Kendu xaboia urarekin.



Lehortu eskuak  
paperarekin,  
eta itxi txorrota.

## Arnas-higieena



Eztul edo usin egitean,  
erabili paper-zapiak  
ahoa eta sudurra  
estaltzeko.



Behin erabilia, bota zapiak  
paperontzira.



Eztul edo usin egiten  
baduzu,  
garbitu eskuak ur eta  
xaboiarekin.



Aireztatu ondo gune  
itxiak.