

A2.22.1 Prawidłowe mycie rąk

Lavage correct des mains



Prawidłowe mycie rąk trwa około minuty i pomaga utrzymać **czyste dłonie**. Najpierw trzeba zmoczyć ręce, a potem nałożyć **mydło** i dobrze pocierać, także między palcami. Warto umyć każdy palec i kciuk oraz wykonać okrężne ruchy opuszkami. Na końcu należy **wyplukać** ręce i je wytrzeć. Żeby nie brudzić *siebie* znowu, dobrze jest zakręcić kran ręcznikiem.

*Un bon lavage des mains dure environ une minute et aide à garder des **paumes propres**. D'abord, il faut mouiller les mains, puis mettre du **savon** et bien frotter, aussi entre les doigts. Il vaut la peine de laver chaque doigt et le pouce, et de faire des mouvements circulaires avec le bout des doigts. À la fin, il faut **rincer** les mains et les essuyer. Pour ne pas se resaler à nouveau, il est bien de fermer le robinet avec une serviette. \p>*

1. Ile czasu trwa prawidłowe mycie rąk?
 - a. Zawsze dokładnie dwie minuty.
 - b. Około pięciu minut.
 - c. Około minuty.
 - d. Mniej niż dziesięć sekund.
2. Co należy zrobić po nałożeniu mydła?
 - a. Użyć perfum, żeby ręce ładnie pachniały.
 - b. Pocieraj rękami i rozprowadź pianę po całej dłoni.
 - c. Od razu wytrzeć ręce ręcznikiem materiałowym.
 - d. Zakręcić kran, zanim dotkniesz wody.

1-c 2-b

2. Tu es dans une droguerie et tu cherches des produits d'hygiène en promotions d'été.

Tâche: Wybierz jeden produkt z promocji i napisz: co to jest, ile kosztuje oraz dlaczego chcesz go dodać do swojej rutyny higieny.

URL: Hebe promocje

Use in your answer: Promocje / DO KOSZYKA / Pielęgnacja / Kosmetyki / krem / dbać o higienę