

A2.22.1 Prawidłowe mycie rąk

Prawidłowe mycie rąk



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.

*Proper hand washing takes about a minute and helps keep **clean hands**. First you need to wet your hands, and then apply **soap** and rub well, also between the fingers. It's worth washing each finger and thumb and making circular movements with your fingertips. At the end, you should **rinse** your hands and dry them. So you don't get yourself dirty again, it's a good idea to turn off the tap using a towel.*

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

1-d 2-d

2. You are in a drugstore and looking for hygiene products in summer promotions.

Task: 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