

# ƏLLƏRİNİZİ YUYUN!

## XƏSTƏLİKLƏRİN YARANMASININ QARŞISINI ALIN



Yeməkdən əvvəl



Burun silindikdən sonra



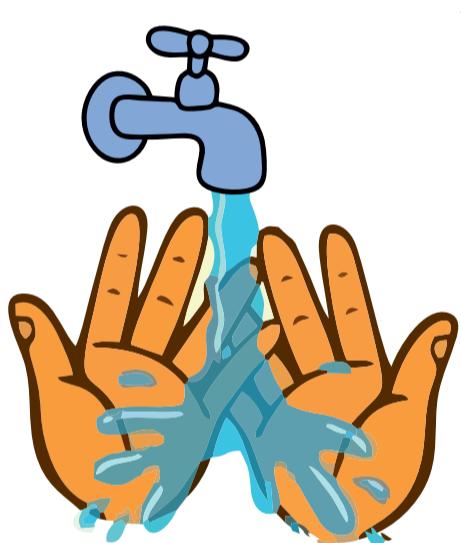
Ayaqyolundan istifadədən sonra



İctimai nəqliyyatdan istifadədən sonra



### Əlyuma qaydaları



1 İlk növbədə əllərini islat



2 Sabundan istifadə et!

Yoluxucu xəstəliklərin 80%-i təmasla ötürülür.

Əlləri sabunla yumaq tənəffüs yollarının iltihabı hallarını 23% azaldır.

Əllər təmiz olduqda mikroblar daha tez məhv olur, çirkli əllərdə isə 95 % hallarda çoxalır.



3 15 saniyə sürtərək yu!



4 Yaxala və dəsmalla qurula!