



CUCI TANGAN PAKAI SABUN DAN AIR MENGALIR



6

**Langkah
Cuci
Tangan**



- ✓ Mencuci tangan dengan sabun & air mengalir terbukti dapat membunuh berbagai jenis kuman yang berbahaya (www.yankes.kemkes.go.id)
- ✓ 5 waktu yang tepat untuk cuci tangan : Sebelum, saat, dan sesudah menyiapkan makanan; sebelum dan setelah makan; sebelum menyusui bayi dan mengganti popok; setelah buang air; setelah menyentuh benda kotor dan hewan



1. Basahi telapak tangan, gosok sabun di telapak tangan dengan gerakan memutar



2. Usap dan gosok punggung tangan secara bergantian



3. Gosok sela-sela jari tangan hingga bersih

6. Letakkan ujung jari di telapak tangan kemudian gosok bergantian



5. Gosok dan putar kedua ibu jari secara bergantian



4. Bersihkan buku-buku jari dengan posisi kedua telapak tangan mengunci

