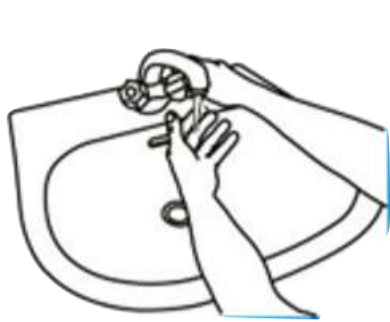
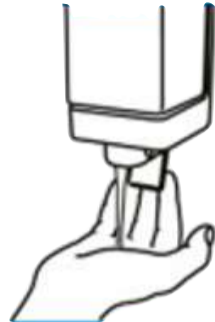


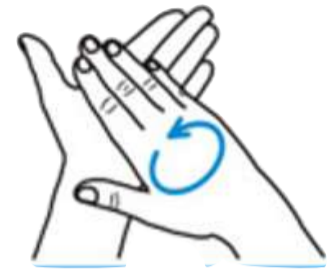
Igieni de is manus cun àcua e saboni



1) Sciundi-tì is manus cun àcua



2) Aciungi una cantidadi de saboni, bastanti po ddu spainai in totu is manus



3) Sfrigòngia pramu cun pramu



4) Su pramu de sa manu dereta asuba de sa manu manca, intritzendi is didus a pari e a su contras



5) Pramu cun pramu intritzendi is didus a pari



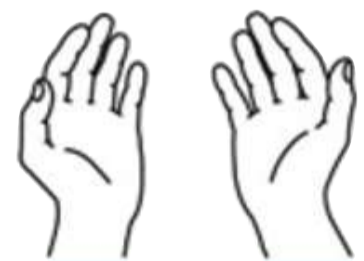
6) S'imbressi de is didus, strintus beni a pari, contras a s'àteru pramu



7) Sfrigòngia arrodiendi su didu mannu de sa manu manca a strintu cun su pramu de sa manu dereta e a su contras

8) Sfrigòngia arrodiedendi, ananti e a palas, cun is didus de sa manu dereta strintus a pari in su pramu de sa manu manca e a su contras

9) Sciacua-tì torra is manus cun àcua currenti



10) Asciuta-tì is manus cun unu pannixeddu de paperi, de impreai una borta sceti

11) Cun su matessi p a n n i x e d d u serra su grifoni

12) Una borta asciutadas, is manus tuas funt seguras