



Hände richtig waschen



How to wash your hands properly



Hände anfeuchten
Rinse your hands with water



Seife auftragen
Apply soap



20-30 Sekunden Hände
aneinander reiben
Lather and scrub for
20 – 30 seconds



Auch zwischen den Fingern
Don't forget to scrub
between your fingers



Seife gründlich abwaschen
Wash off the soap



Hände abtrocknen
Dry your hands



Wann:

Vor dem Kochen und Essen
Nach dem Toilettenbesuch
Nach dem Husten/Niesen
Nach Kontakt mit Kranken, Tieren, Abfällen,
Fäkalien, Schmutz und Windeln wechseln



Always wash your hands:

before cooking and eating
after using the toilet
after coughing and sneezing
after contact with ill people, animals, waste,
faeces, dirt and after changing diapers



Lani duart mirë



Se laver les mains correctement



Lagni duart
Mouiller les mains



Bëjini me sapun
Appliquer le savon



Fërkoni duart me njëra-tjetrën
për 20-30 sekonda
Frotter les mains l'une contre l'autre
pendant 20-30 secondes



Edhe ndërmjet gishtave
Frotter également entre
les doigts



Shpëlani mirë sapunin
Rincer bien les mains



Thani duart
Sécher les mains



Kur:

Para gatimit dhe ngrënies
Pas përdorimit të tualetit
Pas kollitjes/teshtimës
Pas kontaktit me të sëmurët, kafshët,
mbeturinat, fekalet, papastërtitë dhe pas
ndërrimit të pelenave



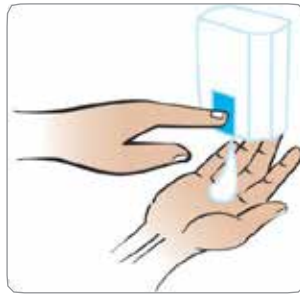
Quand:

Avant de cuisiner et de manger
Après être allé aux toilettes
Après avoir toussé/éternué
Après avoir été en contact avec des malades, des
animaux, des déchets, des matières fécales, des
impuretés et après avoir changé des couches

اغسل اليدين بالشكل الصحيح



دست ها را خوب بشوئيد



ضع الصابون عليها

صابون روی دست های خود بمالید



بلل اليدين

دست ها را خیس کنید



حتى بين الأصابع

صابون را بخوبی از دست هایتان بشوئيد



قم بحك اليدين ببعضها لمدة 20 - 30 ثانية
۲۰ الی ۳۰ ثانیه دست ها را به یکدیگر بمالید



جفف اليدين

دست ها را خشک کنید



اغسل بالصابون جيداً

صابون را بخوبی از دست هایتان بشوئيد

متى:

قبل الطبخ وتناول الطعام

بعد زيارة المرحاض

بعد العطس/الكحة

بعد الاتصال بالمرضى والحيوانات والنفايات والبراز والالتساخات وتغيير الحفاضات

چه زمانی:

قبل از غذا پختن و غذا خوردن

بعد از رفتن به توالت

بعد از سرفه کردن / عطسه کردن

بعد از تماس با بیماران، حیوانات، زباله، ادرار، کثافت و عوض کردن پوشک





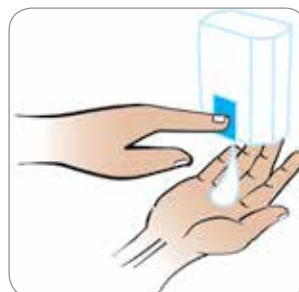
Ispravno pranje ruku



SI SAXAN GACMAHA U NADIIFI



Navlažiti ruke vodom
Gacmahaga biyo yar ku maydh



Naneti sapun
Saabuun ku maydh



Trljati ruku jednu o drugu
20-30 sekundi
20-30 il-bidhiqsi is dul marmari
gacmahaga



Između prstiju takođe
Ilaa faraha dhexdooda mari



Sapun dobro isprati
Saabuunta iska maydh



Osušiti ruke
Gacmahaga ka qalaji biyaha



Kada:

Pre kuvanja i jela
Po izlasku iz toaleta
Posle kašljanja/kijanja
Posle kontakta s bolesnim osobama,
životinjama, otpadom, fekalijama, prljavštinom
i posle promene pelena



Goorma:

Cunto karinta ka hor iyo cunitaanka
Ka dib suuliga markaad ka soo baxdo
Ka dib hindhisada/qufaca
Ka dib la xiriirida qof buka, xawayaan, qashinka,
saxarada, xafaayada badelida iyo uskaga