

25 maja 2020

## **Odpady w czasie pandemii**



# Jak prawidłowo nałożyć i zdjąć rękawice



Przed nałożeniem na dłonie rękawic **dokładnie umyj ręce wodą z mydłem** przez minimum 20 sekund

## ZAKŁADANIE:



1

Wymij rękawicę z opakowania



2

Uchwycić ją w miejscu, w którym powinien znajdować się nadgarstek i płynnym ruchem wsunąć ją na dłoń



3

Natóż pierwszą rękawicę



4

Drugą rękawicę wyjmij gołą dłonią



5

Odwiń zewnętrzną powierzchnię nakładanej rękawicy zgiętymi palcami dłoni w rękawicy i natóż na drugą rękę



1

Złap palcami jedną rękawicę na wysokości nadgarstka i ściągnij ją wywracając rękawicę wewnętrzną stroną na wierzch



2

Trzymaj zdjętą rękawicę w ręce w rękawiczce i ruchem ślizgowym włóż palce gołej ręki między rękawicę a nadgarstek. Zdejmij drugą rękawicę zdejmując ją wzdłuż dłoni, a następnie naciągnij na trzymaną w palcach rękawicę



3

Wrzuć zdjęte rękawice do kosza

## ZDJEMOWANIE:



**Nie wrzucaj rękawiczek do toalety!**



**Nie dotykaj twarzy w rękawiczkach!**

Ministerstwo Zdrowia





### Jak prawidłowo nałożyć i zdjąć maseczkę



- 1 Przed nałożeniem maski **umyj ręce mydłem i wodą lub płynem do dezynfekcji na bazie alkoholu**
  - 2 **Zakryj usta i nos** i upewnij się, że między twarzą a maską **nie ma żadnych przerw**
  - 3 **Unikaj dotykania maski podczas jej używania**, jeśli to zrobisz, umyj ręce mydłem i wodą lub płynem do dezynfekcji na bazie alkoholu
  - 4 **Wymień maskę na nową, gdy tylko będzie wilgotna**, nie używaj ponownie masek jednorazowych
  - 5 **Aby zdjąć maskę – chwyć ją od tyłu za wążeczek** (nie dotykaj przodu maski)
  - 6 **Wyrzuć maseczkę do zamkniętego pojemnika**, umyj ręce mydłem i wodą lub płynem do dezynfekcji na bazie alkoholu
- Nie wyrzucaj maseczki do toalety!**

## Jak prawidłowo nałożyć i zdjąć rękawice



Przed nałożeniem na dłonie rękawic **dokładnie umyj ręce wodą z mydłem** przez minimum 20 sekund

ZAKŁADANIE:



1 Wymij rękawicę z opakowania



2 Uchwyć ją w miejscu, w którym powinien znajdować się nadgarstek i płynnym ruchem wsuń ją na dłoń



3 Nałóż pierwszą rękawicę



4 Drugą rękawicę wyjmij gołą dłonią



5 Odwini zewnętrzną powierzchnię nakładanej rękawicy zgiętymi palcami dłoni w rękawicy i nałóż na drugą rękę

ZDEMONOWANIE:



1 Złap palcami jedną rękawicę na wysokości nadgarstka i ściągaj ją wyracając rękawicę zewnętrzną stroną na wierzach



2 Trzymaj zdjętą rękawicę w ręce w rękawiczce i ruchem ślizgowym włóż palec gołej ręki między rękawicę a nadgarstek. Zdjmij drugą rękawicę zdejmując ją wzdłuż dłoni, a następnie nacłagij na trzymaną w palcach rękawicę



3 Wyrzuć zdjęte rękawice do kosza

**Nie wrzucaj rękawiczek do toalety!**

**Nie dotykaj twarzy w rękawiczkach!**




Ministerstwa Zdrowia