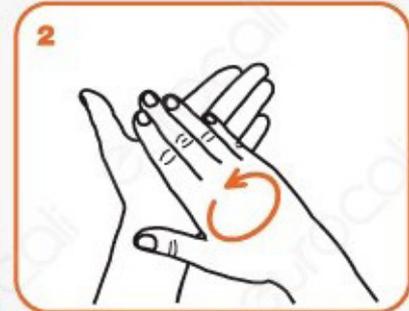


## COME FRIZIONARE LE MANI CON LA SOLUZIONE ALCOLICA

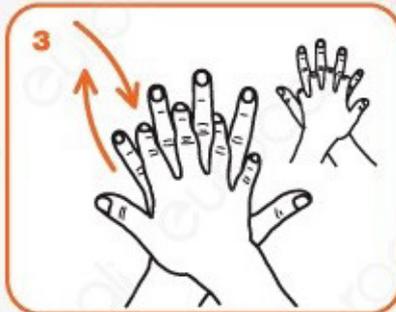
Durata dell'intera procedura: **20-30 secondi**



**1a**  
Versare nel palmo della mano una quantità di soluzione sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani.



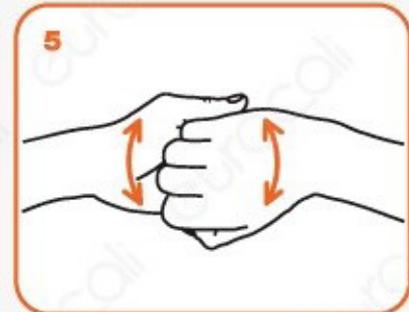
**2**  
Frizionare le mani palmo contro palmo



**3**  
Il palmo destro sopra il dorso sinistro intrecciando le dita tra loro e viceversa



**4**  
Palmo contro palmo intrecciando le dita tra loro



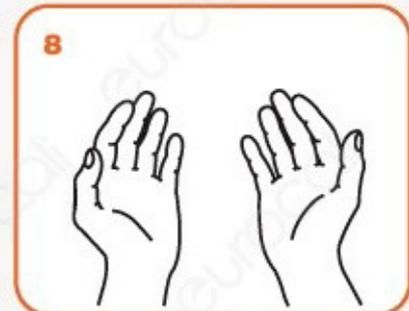
**5**  
Dorso delle dita contro il palmo opposto tenendo le dita strette tra loro



**6**  
Frizione rotazionale del pollice sinistro stretto nel palmo destro e viceversa



**7**  
Frizione rotazionale, in avanti ed indietro con le dita della mano destra strette tra loro nel palmo sinistro e viceversa



**8**  
...Una volta asciutte, le tue mani sono sicure.