

# PAPELMATIC

9 passos per...

## RENTAR-TE LES MANS



**1**

Aplica el sabó directament sobre la pell seca.

**2**

Frega les mans entre si, fent moviments circulars.

**3**

Frega ambdós dorsos de les mans de dalt a baix.

**4**

Frega el palmell contra el dors de la mà contrària.

**5**

Frega els palmells contra els dorsos entrelaçant els dits.

**6**

Frega els polzes realitzant moviments circulars.

**7**

Frega ambdós canells fent moviments circulars.

**8**

Frega els palmells d'ambdues mans amb la punta dels dits.

**9**

Esbandeix el sabó amb aigua. Les mans estan netes!