Soleiðis **vaskar** tú tær um **hendurnar**

Tað tekur 30-60 sek. at vaska sær hendurnar reinar

1. Ger hendurnar vátar.
2. Koyr sápu á.
3. Gníggja sápuna væl í lógvarnar.
4. Eisini millum fingrarnar.
5. Og á handarbakinum.
6. Gloym ikki tummilin.
7. Og gníggja skøvningarnar at enda.
8. Skola og turka síðan hendurnar væl.

Endurtak tá tú
- hevur verið á vesi
- hevur nosið ella hostað
- hevur nortið við djór
- hevur spælt úti
- fert at eta

GIGNI
Heilsufrøði til børn & ung