

9 KROKÓW DO CZYSTYCH RAK



1. UŻYJ MYDŁO



2. DŁOŃ DO DŁONI



3. TYŁ DŁONI



4. POMIĘDZY PALCAMI



5. PODSTAWA KCIUKÓW



6. PAZNOKCIE



7. NADGARSTKI



8. OPŁUKAĆ DOBRZE



9. WYSUSZ