

It's in Our Hands

Remembering the WHO Steps to Handwashing



Arabic (Modern Standard)

فرك يديك
ما بين الأصابع
اغسل ظهر الكف، اغسل ظهر الكف
الأطراف a
اغسل الجهتين
لا تنسى الإبهام لا تنسى الإبهام

Czech Čeština

Dlaně mydlit
Mezi prsty
Mydli hřbet, mydli hřbet
Prsty vaří kašičku
Vydrhni je trošičku
Palce též, postav věž

Danish Dansk

Vaske hænder
Mellem fingre
For og bag, gnub og skrub
Fingrene roteres
Hænderne masseres
Tommeltot, gnides godt

Dutch Nederlands

Wrijf in je handen
Tussen je vingers
Bovenop, bovenop
Rondje met je topjes
Haken met je handen
Pak je duim, pak je duim

English

Scrub your palms
Between the fingers
Wash the back, wash the back
Twirl the tips around
Scrub them upside-down
Thumb attack, thumb attack

Estonian Eesti

Peopesad puhtaks
Sõrmevahed puhtaks
Pealtpool ka, teine käsi ka
Hõõru sõrmeotsi
Ülesse ja alla
Mudi oma põialt, mudi oma põialt

Fārsī / Persian فارسی

بمال دست ها تو به هم
لا به لای انگشت ها
پشتش را بشور، پشتش را بشور
خم کن نوک هاش را بشور
قلاب کن بسابشون
هم این شست ، هم اون شست

French Français

Frotte les mains
Entre les doigts
Sur le dos, sur le dos
Tourbillonne les bouts
A l'envers, partout
Attaque les pouces! Attaque les pouces!

Gaelic Gàidhlig (Scotland)

Nìgh do bhoisean
Eadar na meòir
Cùl gach làimhe, cùl gach làimhe
Cuimhnich bàrr nan corragan
Glan bho bhun gu bàrr iad
Dèan an òrdag chli, dèan an òrdag cheart

German Deutsch

Wasch die Handflächen,
Zwischen den Fingern,
Wasch den Handrücken,
wasch den Handrücken
Fingerkuppen kreisen,
Schrubb' sie rauf und runter,
Daumen auch, Daumen auch

Greek ελληνικά *

Τρίψε τις παλάμες μεταξύ τους
κι ανάμεσα στα δάχτυλα
(τριψε) τη ράχη στα χεράκια
και στα δαχτυλάκια
δεξί, ζερβό αντίχειρα
κι όλα τα νυχάκια

Hindī हिन्दी

Haatheli ko ragado
Unglion ke beech mein
Haath ke upar, sabun ko malo
Unglion ke nakh,
Upar, niche ragado
Angootha ko ragado, charon aur

Hungarian Magyar

Tenyeredet
Ujjaidat
Kézfejed, súroljad!
Csipi-csipi körbe
Sika-sika föl-le
Nagyujjam, elkaplak!

Italian Italiano

Prima i palmi
E fra le dita
Poi il dorso, e l'altro dorso
Punte gira gira
Tutti in amicizia
Pollici, finito!

Japanese 日本語

てのひら ごしごし
ゆびの あいだ ごしごし
せなかもね せなかもね
ゆびさき くるくる
つめも きれいに
おやゆびも わすれずに

Korean 한국어

손바닥을 닦자
손가락 사이도
손등을 씻자, 손등을 씻자
손끝도 비비고
아래위로 문지르고
엄지손 씻자, 엄지손 씻자

Lithuanian Lietuvių Kalba

Trink savo delnus
Trink tarp pirštų
Ir rankos viršų, Ir rankos viršų
Pirštų galą plauki
Sukabinus plauki
Taip pat ir nykščius, taip pat ir nykščius

Malay Bahasa Melayu

Gosok tangan
Gosok jari
Belakang tangan, belakang tangan
Gosok hujung hujung
Gosok celah celah
Jangan lupa ibu jari

Mandarin 普通话 / 汉语 *

手心搓搓
手背搓搓
手指缝，搓一搓
指尖合拢搓搓
关节相扣搓搓
大拇指，别放过

Polish Polski

Namydl wnetrze dloni
Palce między palce
Potem wierzch, potem wierzch
Umyj wnetrze dloni
Zrób z paluszków haki
Zakręć kciuk, zakręć kciuk

Portuguese Português (Brazil)

Esfrega as palmas
E entre os dedos
Lava atrás, lava atrás
Gira as pontinhas
E de ponta-cabeça
Pega o dedão, pega o dedão

Punjabi ڳاڻپ (Pakistan)

Hathailah dhoy
Unglion key dirmyaan
Pichla hissah dhoy, pichla hissah dhoy
Ungliyah gummiyah
Inneh ulta saaf kerein
Angutah attack, angutah attack

Russian Русский язык

Моем руки
между пальцами
С двух сторон, с двух сторон
Трём концы пальцев
их затем сцепляем
Про большой, не забудь

Spanish Español (Mexico)

Tállate las palmas
Entre los dedos
Lava por detrás, lava por detrás
Circula las puntas
Talla arriba abajo
Limpia tu pulgar, limpia tu pulgar

Swedish Svenska

Skrubba händerna
O mellan fingrarna
Tvätta handryggen, andra handryggen
Tvätta fingertopparna
Gnugga gnugga händerna
Tummarna med, tummarna med

Taiwanese Tâi-gí

Sé tshíú-té,
Sé tshíú-phāng
So tshíú-puānn, so tshíú-puānn
Tsríng-thâu-á-bué lut-lut-leh
Tsríng-thâu-á-balik lut-lut-leh
Tuā-thâu-bó, lóng-tsóng sé

Welsh Cymraeg

Sgwrio'r dwylo
Rhwyng y bysedd
Golchi'r cefn, golchi'r cefn
Troelli blaen y bysedd
Troï nhw ar ben i lawr
Bawd mawr glân, bawd mawr glân

Yoruba Èdè Yorùbá (Nigeria) *

Fo àtélé owó re
Fo èyin owó re
Fo ika pèlù owó, Sú s'òkè s'òdò
Fo àtàn-pàkò re
Ro owó àti ika pò
Yíó sì mó, Yíó sì mó

* Handwashing steps are sung in a different order from the original English version