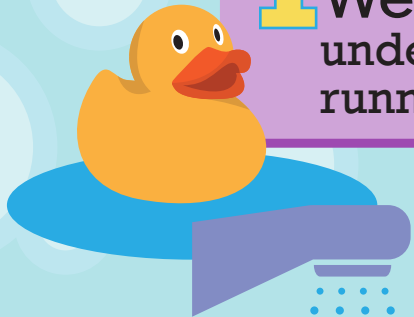




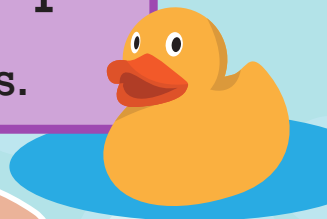
Washing Your Hands



1 Wet hands under warm running water.

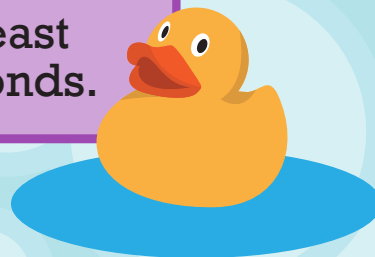


2 Add soap to help kill germs.



- Scrub the front and back
- Scrub between your fingers
- Scrub your wrists

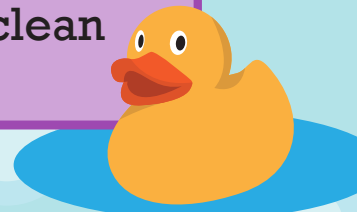
3 Scrub for at least 20 seconds.



4 Rinse well under warm running water.



5 Dry hands with a clean towel.





Lavando los manos



1 Moja las manos bajo el agua corriente tibia.

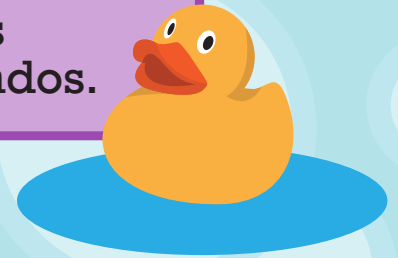


2 Añade jabón para ayudar a eliminar los gérmenes.



- Frota las palmas entre sí y al dorso
- Frota entre los dedos
- Frota las muñecas

3 Frota durante al menos 20 segundos.



4 Enjuaga bien bajo el agua corriente tibia.



5 Seca las manos con una toalla limpia

