

# Handwashing 101

## #StopTheSpread

Proper hygiene stops the spread of the virus.

*Source:  
World Health  
Organization*

### 01

Wet your hands before applying soap.



### 02

Bring your palms together and rub soap all over the palms and backs of your hands, including between the fingers.



### 03

Wash your hands for at least 20 seconds.



### 04

Wipe your hands with a clean towel or paper towel and avoid rubbing too vigorously.



#Coronavirus

Una higiene adecuada detiene la propagación del virus.

# Lavado de manos 101

Fuente:  
World Health  
Organization

01

Moja tus manos antes de aplicar jabón.



02

Junta las palmas de tus manos y frota jabon por toda las palmas y espalda de tus manos, incluyendo entre los dedos.



03

Láva tus manos no menos de 20 segundos.



04

Séca tus manos con un toalla limpia o una toalla de papel y evite frotarse con demasiada fuerza.

