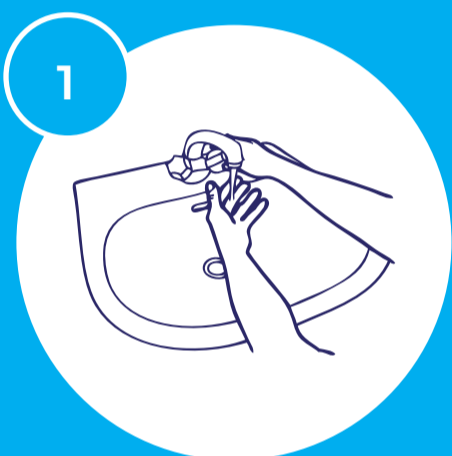


# HÃY THỰC HIỆN VỆ SINH TAY SẠCH SẼ

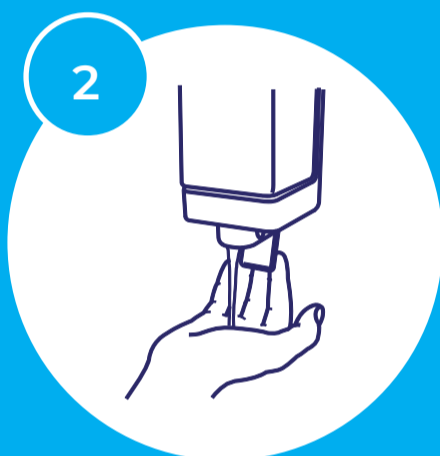


Hãy bảo vệ bản thân, gia đình và cộng đồng của mình bằng cách rửa tay thường xuyên. Rửa tay kỹ mất khoảng từ 20 đến 30 giây.

Việc rửa tay bằng xà-bông và nước hoặc bằng nước rửa tay khô có cồn, tiêu diệt được vi-rút có thể có trên tay bạn. Luôn luôn dùng xà-bông và nước nếu thấy rõ là tay bạn bẩn.



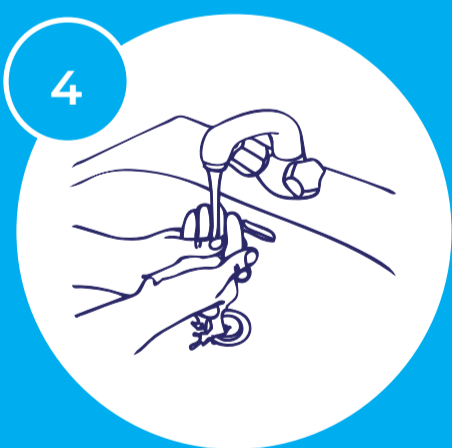
1  
Làm ướt  
tay



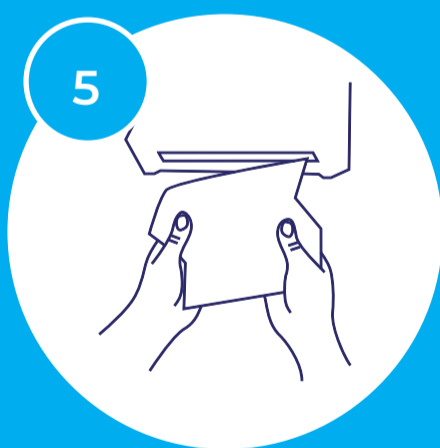
2  
Hứng xà-bông vào  
bàn tay



3  
Chà xát xà-bông trên bàn tay.  
Đừng quên kỹ cọ giữa  
các ngón tay, dưới móng tay  
và mu bàn tay



4  
Rửa sạch tay  
bằng nước



5  
Làm khô tay



6  
Hai bàn tay của bạn  
giờ sạch sẽ

Muốn biết thêm thông tin và lời khuyên, hãy truy cập [health.act.gov.au](https://health.act.gov.au)



**ACT**  
Government

**ACT Health**