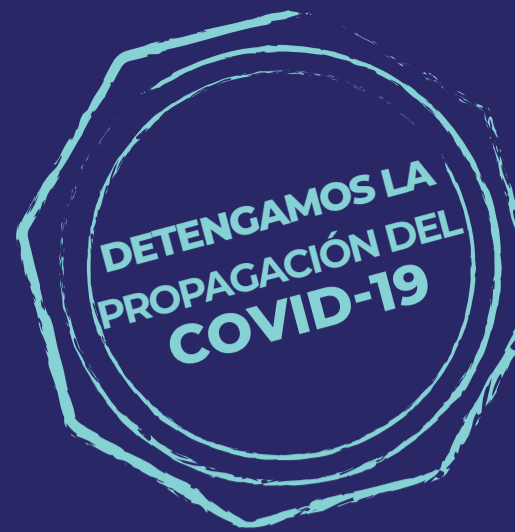
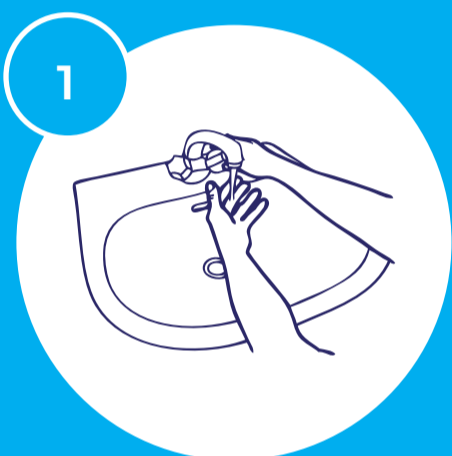


# APLIQUE BUENAS PRÁCTICAS DE HIGIENE DE MANOS

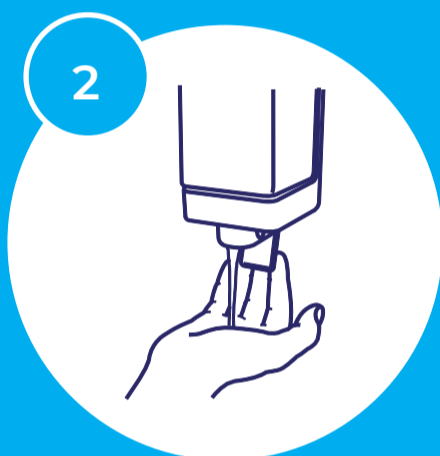


Protéjase y proteja a su familia y la comunidad: lávese las manos regularmente. El lavado correcto de manos lleva entre 20 y 30 segundos.

El lavado de manos con agua y jabón o con un desinfectante de alcohol mata los virus que pueden estar sobre sus manos. Use siempre agua y jabón si sus manos están sucias.



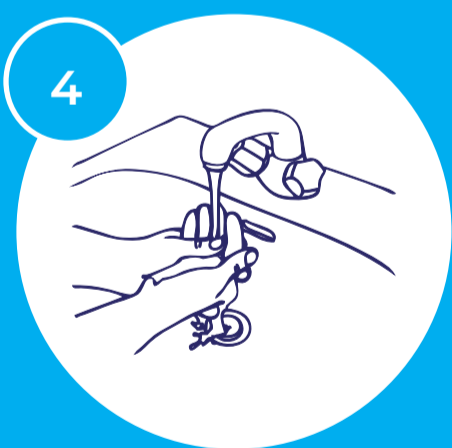
**1**  
Mójese las manos



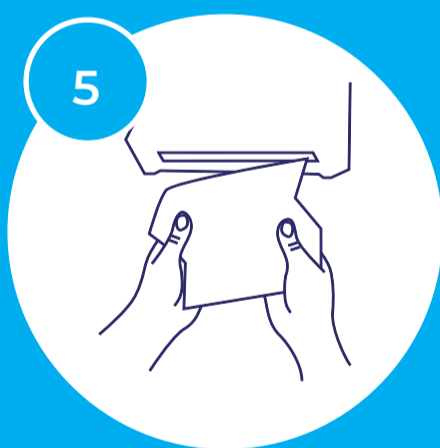
**2**  
Ponga jabón en sus manos



**3**  
Frote el jabón sobre sus manos  
No se olvide de frotar entre los dedos, debajo de las uñas y la parte superior de las manos



**4**  
Enjuáguese las manos con agua



**5**  
Séquese las manos



**6**  
Ahora sus manos now clean

Para obtener mayor información y asesoramiento consulte [health.act.gov.au](https://health.act.gov.au)



**ACT**  
Government

**ACT Health**