

# Get HOT & Soapy!

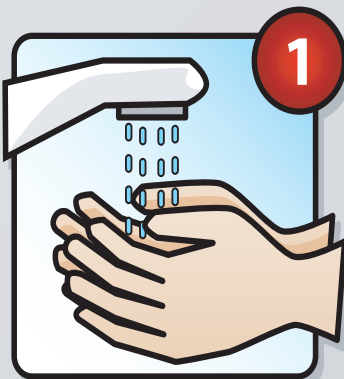
# Washing Your Hands



## Frequently and Correctly

### EFFECTIVE HANDWASHING

### 7 Steps to Prevent the Spread of Germs



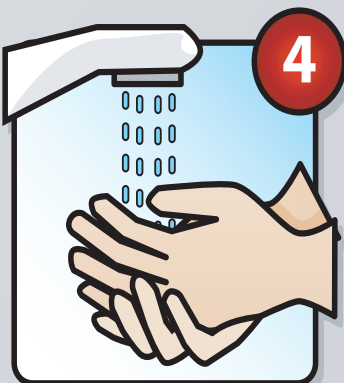
Turn on water to a comfortable but hot temperature (not scalding) and wet hands and wrists.



Apply a generous portion of liquid soap.



Generate a heavy lather and wash well for approx. 15 seconds. Clean between fingers, nail beds, under fingernails and backs of hands



Rinse well under running water, keeping hands low in sink to prevent splashing.



Hold hands so that water flows from the wrist to fingertips.



Dry hands completely with clean paper towels.



Use the paper towel to turn off the faucet so your hands remain clean.

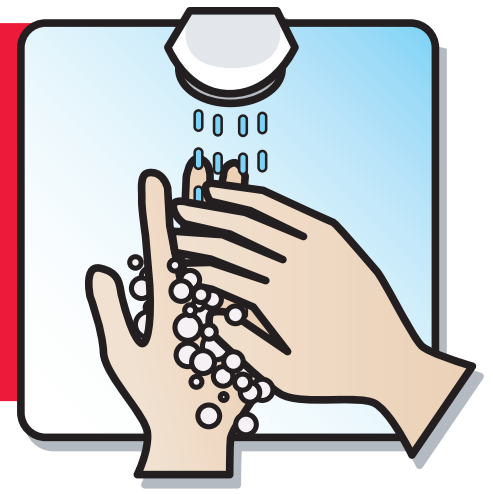
## is Effective in Preventing the Spread of Staph and Other Germ Infections.

**Protect yourself, your co-workers, and your family! Washing your hands frequently is a simple but important line of defense against spreading illness.**



**SAFETY SAVES** *With IWIF*

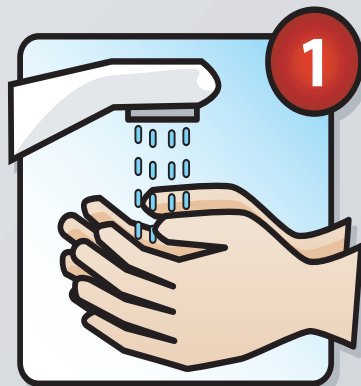
# ATENCIÓN



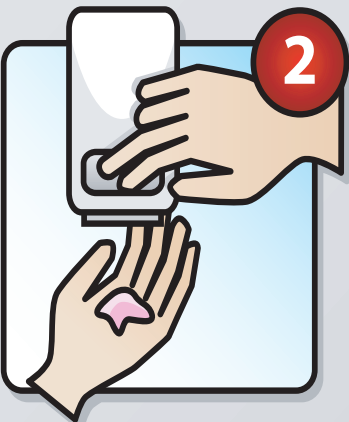
**Lavarse las manos en forma habitual y correcta es la manera eficaz de evitar la propagación de estafilococos y otras infecciones por gérmenes.**

## Lavado de manos eficaz

**7** pasos para evitar la propagación de gérmenes



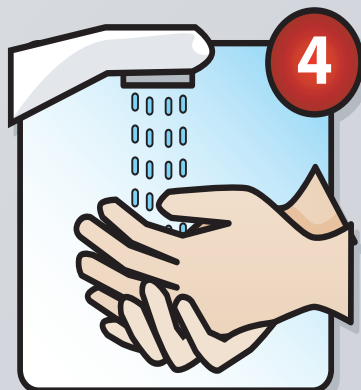
1  
Deje correr el agua caliente a una temperatura cómoda (no hirviendo) y mójese las manos y las muñecas.



2  
Aplique una cantidad generosa de jabón líquido.



3  
Haga abundante espuma y lávese bien durante al menos 15 segundos. Limpie la zona entre los dedos, el lecho de las uñas, debajo de las uñas y el dorso de las manos.



4  
Con el grifo abierto, enjuáguese bien y mantenga las manos bajas en el lavamanos para evitar que salpique el agua.



5  
Enjuáguese bien las manos de modo que el agua corra desde las muñecas hasta las puntas de los dedos.



6  
Séquese bien las manos con toallas de papel limpias.



7  
Use la toalla de papel para cerrar el grifo de modo de no ensuciarse las manos.

**Protéjase usted, a sus compañeros y a su familia. Lavarse las manos habitualmente es una manera simple pero importante para defenderse del contagio de enfermedades.**



**SAFETY SAVES** *With IWIF*