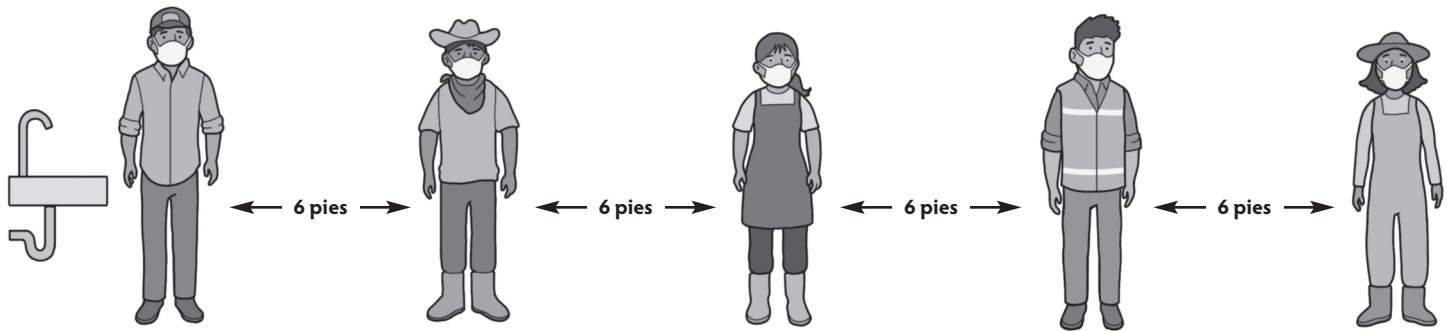


# High Speed Hand Washing

Begin by lining up at sink, six feet away from others

## Lavado de manos de alta velocidad

Comience alineándose en el fregadero, a seis pies de distancia de los demás



- 1.** Wet your hands, then shake off water.  
Moje sus manos, luego sacúdalas.



- 2.** Squirt hands with soap.  
Enjabone sus manos.



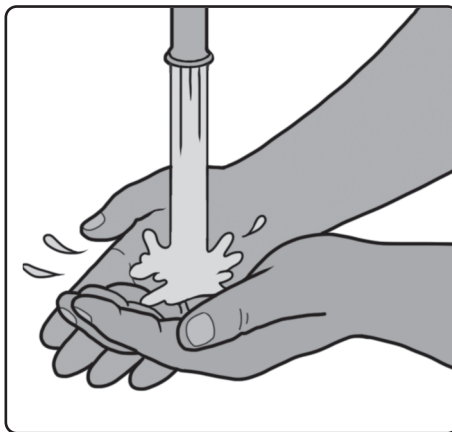
- 3.** Walk to the end of line, stay six feet away from others.  
Camine hasta el final de la línea, manténgase a seis pies de distancia de los demás.



- 4.** Scrub hands as you move forward in line. Wash backs of hands, thumbs, nail beds, between fingers, and wrists well.  
Frote sus manos a medida que avanza en la línea. Lave bien el dorso de las manos, los pulgares, las uñas, entre los dedos y las muñecas.



- 5.** When you get back to sink, rinse well.  
Cuando vuelva al fregadero, enjuague bien.



- 6.** Use a clean paper towel to dry your hands, then throw in the trash.  
Use una toalla de papel limpia para secar sus manos, luego tírela a la basura.

