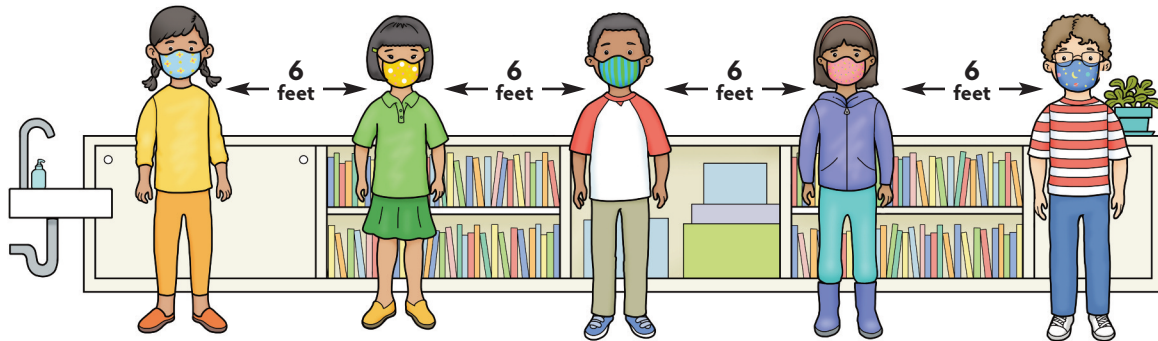


# High Speed Hand Washing

Begin by lining up at the 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



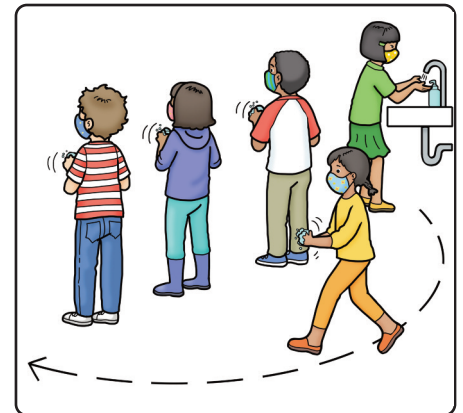
- 1.** Wet your hands, then shake off water.  
Moje sus manos, luego sacúdalas.



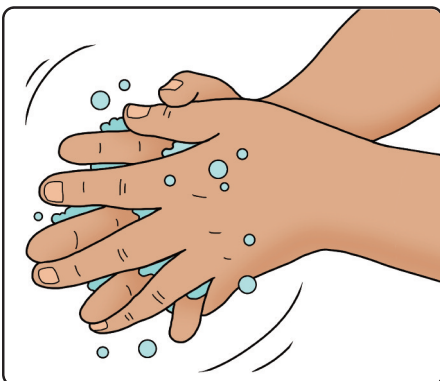
- 2.** Squirt hands with soap.  
Enjabone sus manos.



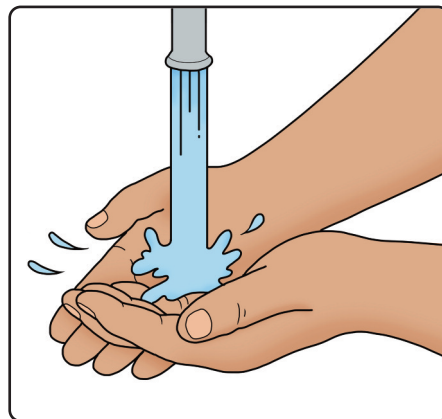
- 3.** Walk to the end of line, stay six feet away from others.  
Camine hasta el final de la línea, manténgase a seis pies de distancia de los demás.



- 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 the sink, rinse well. Shake extra water off of your hands into the sink.  
Cuando vuelva al fregadero, enjuague bien. Sacuda el exceso de agua de sus manos en el fregadero.



- 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.

