

WASH YOUR HANDS

#StopTheSpread

Use soap
and water
for at least
20 seconds.



HÃY RỬA TAY

#NgănChặnLâyLan

Rửa với xà
bông và nước
trong ít nhất
20 giây.



Handwashing 101

Source: World Health Organization



Wet your hands before applying soap.



Rub soap all over your palms, the backs of your hands, and in between your fingers.



Do this process for at least 20 seconds before rinsing.



Wipe your hands with a clean towel or paper towel and avoid rubbing too vigorously.

Hướng dẫn rửa tay

Nguồn: WHO



1

Làm ướt tay trước khi dùng xà bông.



2

Xoa xà bông lên khắp lòng bàn tay, bàn tay và giữa các ngón tay.



3

Thực hiện quá trình này ít nhất 20 giây trước khi rửa sạch tay.



4

Lau tay bằng khăn sạch hoặc khăn giấy và tránh chà sát quá mạnh tay.