

# Always Wash Your Hands...

## Luận Rửa Tay Của Bạn Trước và Sau...

- Eating
- Returning to work
- Using the washroom
- Touching your face, mouth and eyes
- Smoking
- Ăn uống
- Trở lại làm việc
- Sử dụng nhà vệ sinh
- Chạm mặt, miệng của bạn, và đôi mắt
- Hút thuốc

**Wet hands using warm water**



**Làm ướt tay bằng nước ấm**

**Use liquid or bar soap**



**Sử dụng xà bông**

**Lather hands for at least 20 seconds**



**Chà tay với nhau cho ít nhất 20 giây**

**Pay special attention to germs that may be trapped under nails and in crevices**



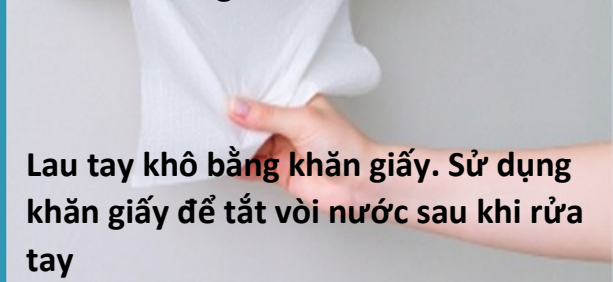
**Chú ý đến vi trùng dưới móng tay**

**Rinse hands to remove all traces of soap**



**Rửa tay sạch để loại bỏ xà bông**

**Dry hands with paper towels. Use the paper towel to turn off the water taps after washing hands**



**Lau tay khô bằng khăn giấy. Sử dụng khăn giấy để tắt vòi nước sau khi rửa tay**