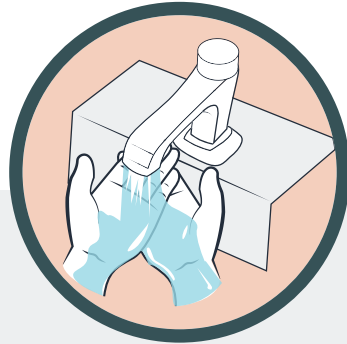
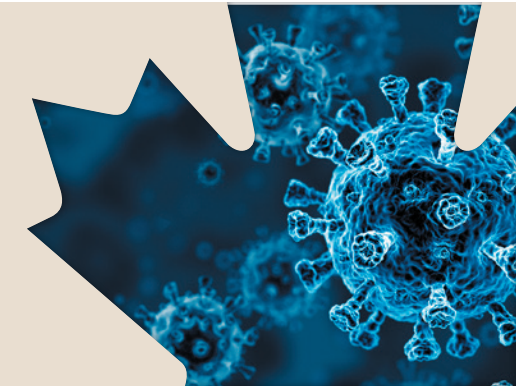


# Bawasan ang pagkalat ng COVID-19: Hugasan ang iyong mga kamay infographic

TAGALOG / TAGALOG



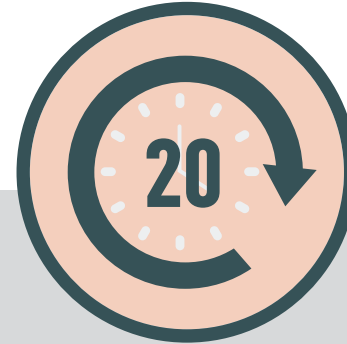
## IKA-1

Hakbang: Basain ng tubig ang mga kamay.



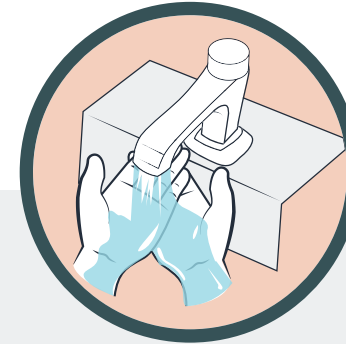
## IKA-2

Hakbang: Magsabon.



## IKA-3 HAKBANG:

Habang ang mga kamay ay wala sa tubig, pagkiskisin ang mga kamay nang mga 20 segundo man lamang (isama ang iyong mga palad, likod ng magkabilang kamay, pagitan ng mga daliri, hinlalaki, at ilalim ng mga kuko).



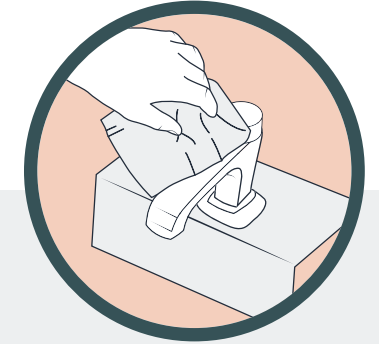
## IKA-4 NA HAKBANG:

Mag-rinse nang maigi gamit ang tubig.



## IKA-5 HAKBANG:

Tuyuin ang mga kamay nang maigi gamit ang paper towel.



## IKA-6 NA HAKBANG:

Isara ang gripo gamit ang paper towel.



Kung walang sabon at tubig na available, gumamit ng hand sanitizer na naglalaman ng 60% alcohol man lamang. Pagkiskisin ang iyong mga kamay (tulad ng makikita sa ika-3 Hakbang) hanggang ang mga ito'y tuyo.

Para sa karagdagang impormasyon:  1-833-784-4397  [Canada.ca/le-coronavirus](https://Canada.ca/le-coronavirus)