

# HUGASAN ANG IYONG MGA KAMAY!

Iwasang Kumalat ang Mikrobyo

**VDH** VIRGINIA  
DEPARTMENT  
OF HEALTH



**1**

Basain ang iyong  
mga kamay



**2**

Sabunin



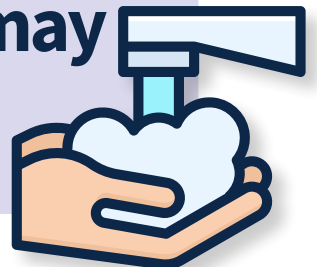
**3**

Maghugas sa  
loob ng  
20 segundo



**4**

Banlawan ang  
mga kamay



**5**

Tuyuin ang  
mga kamay



**6**

Isara ang tubig  
gamit ang tuwalya

