

When do we wash our hands?



A READ-OUT-LOUD guide for parents and teachers.

1. We wash our hands **BEFORE** we...

- Eat, share, or cook food
- Touch a cut or scrape
- Get close to someone who is sick

2. We wash our hands **AFTER** we...

- Eat, share, or cook food
- Play
- Touch or feed pets
- Use the toilet
- Cough, sneeze, or blow our nose
- Touch a cut or scrape
- Get close to someone who is sick

3. We follow these **TIPS** when we wash our hands:

- Rub our hands together to make bubbles
- Sing the ABCs or Happy Birthday
- Use warm water and soap
- Use clean towels to dry our hands

CDCP-ACDC-0003-01 (01/21/14)

¿Cuándo nos lavamos las manos?

Una guía para padres y maestros que se **LEE EN VOZ ALTA**



1. Nos lavamos las manos **ANTES** de...

- Comer, compartir, o cocinar alimentos
- Tocar una herida o raspadura
- Acercarnos a alguien que esté enfermo

2. Nos lavamos las manos **DESPUES** de...

- Comer, compartir, o cocinar alimentos
- Jugar
- Tocar o alimentar a nuestras mascotas
- Usar el baño
- Toser, estornudar, o soplar la nariz
- Tocar una herida o raspadura
- Acercarnos a alguien que esté enfermo

3. Seguimos estos **PASOS** cuando nos lavamos las manos:

- Agitar nuestras manos para hacer burbujas
- Cantar canciones como Happy Birthday, Las Mañanitas, o De Colores
- Usar jabón y agua tibia
- Usar toallas limpias para secarnos las manos

CDCP-ACDC-0003-02 (01/21/14)