

LAVA TUS MANOS CON AGUA Y JABÓN

🕒 Duración del procedimiento: 40 - 60 segundos



Mójese las manos con agua.



Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para **cubrir todas las superficies** de la mano.



Frótese las palmas de las manos entre sí.



Enjuague la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa.



Limpie las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.



Frótese el dorso de la mano con la palma de la mano opuesta agarrándose los dedos.



Restriegue con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa.



Limpie la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un **movimiento de rotación y viceversa**.



Enjuáguese las manos con agua.



Séquese con una toalla desechable.



Sírvase de la toalla para cerrar el grifo.



Sus manos son seguras.

Tener las manos limpias reduce la propagación de enfermedades como COVID-19



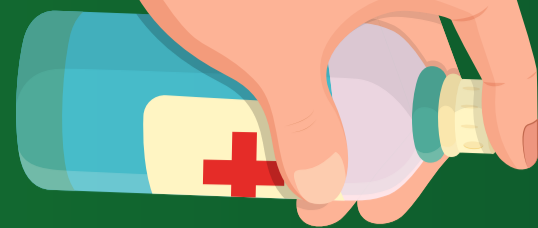
GAD MUNICIPALIDAD DE AMBATO



Dirección de Cultura, Turismo, Deportes y Recreación

DESINFECTA TUS MANOS

🕒 Duración del procedimiento: 20 - 30 segundos



1
Deposite en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies.



2
Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.



5
Una vez secas sus manos son seguras.



4
Frótese las palmas de la mano entre sí.



3
Frótese la punta de los dedos contra la palma de la mano derecha, haciendo un movimiento de rotación y viceversa.

Tener las manos limpias reduce la propagación de enfermedades como COVID-19



GAD MUNICIPALIDAD
DE AMBATO



AMBATO
LA GRAN CIUDAD

Dirección de
Cultura, Turismo,
Deportes y Recreación

¿CÓMO USAR Y QUITARSE UNA MASCARILLA?



Antes de ponerte una mascarilla, lávate las manos con agua y jabón o usa una solución de alcohol.

Cúbrete la boca y la nariz con la mascarilla y asegúrate que no haya espacios entre tu cara y la máscara.



Evita tocar la mascarilla mientras la usas. Si lo haces lávate las manos con agua o jabón o usa una solución de alcohol.



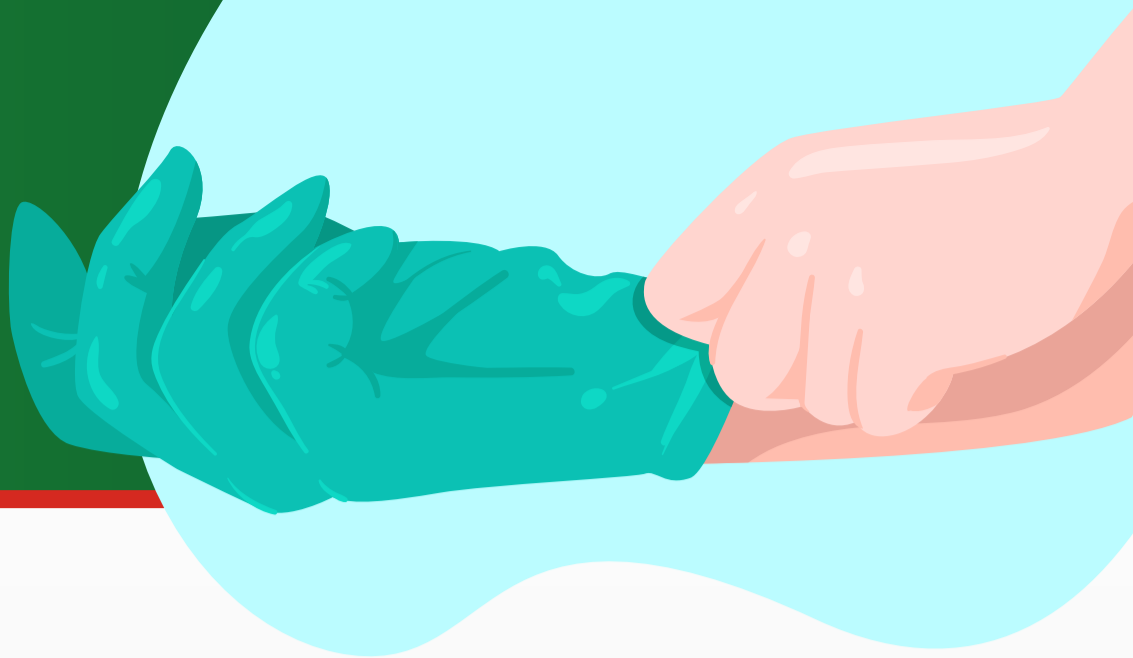
Quítate la mascarilla por detrás, sin tocar la parte delantera, y deséchala de inmediato en un recipiente cerrado. Lávate las manos con agua y jabón



Desecha la mascarilla en un bote de basura.



¿CÓMO USAR Y QUITARSE GANTES?



1

Antes de ponerte los guantes, **lávate las manos con agua y jabón** o usa una solución de alcohol.

2

Una vez puestos los guantes estas **listo para manipular los objetos.**



3

Pellizca la parte exterior del guante con la mano expuesta y retíralo.

4

Sosten el guante retirado en la **mano enguantada** y desliza los dedos de la mano descubierta por **debajo del guante.**



5

Desecha los guantes en un bote de basura y **lávate las manos.**

