

# Wash your hands.... إغسل يديك

With soap and water بالماء والصابون

Before preparing or eating food



قبل إعداد الطعام والأكل

After going to the bathroom



بعد إستعمال المرحاض

After changing diapers



بعد تغيير حفاظ الطفل

Before and after contact with ill person



قبل و بعد ملازمة أو عناية شخص مريض

After blowing your nose, coughing or sneezing



بعد العطس أو السعال

After handling garbage or touching contaminated surfaces



بعد ملازمة القاذورات أو الأسطح غير النظيفة

Whenever, hands look dirty



عندما تبدو يديك غير نظيفة

