

# QUAN M'HE DE LLAVAR LES MANS?



GENERALITAT  
VALENCIANA

TOTS  
A UNA  
VELL

INVIASSAT  
Institut Valencià de  
Seguretat i Salut en el Treball



ABANS  
DE TOCAR-TE  
LA CARA



DESPRÉS  
DE TOSSIR O  
ESTERNUDAR



DESPRÉS  
D'ANAR  
AL LAVABO



ABANS I DESPRÉS  
DE CANVIAR  
BOLQUERS



ABANS  
DE PREPARAR I  
MENJAR ALIMENTS



ABANS I DESPRÉS DE  
VISITAR O ATENDRE  
A ALGUN MALALT



DESPRÉS  
DE TIRAR  
EL FEM



DESPRÉS DE TOCAR LES  
MANETES DEL PANY I  
ALTRES SUPERFÍCIES



DESPRÉS D'ESTAR EN  
LLOCS PÚBLICS  
CONCORREGUTS

**RECORDA:**  
**TINDRE LES  
MANS NETES  
REDUEIX LA  
PROPAGACIÓ DE  
MALALTIES COM  
LA COVID-19**