



# 5 MINUTES ON FOOD SAFETY

TRAINING SERIES

## 5

## Hand hygiene

*Higiene de las manos*

### Pre-training checklist

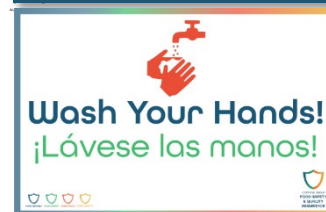
*Pre-formación lista de verificación*

- ☐ Ensure all hand sinks are clean and accessible.  
*Asegúrese de que todos los fregaderos de mano estén limpios y accesibles.*
- ☐ Ensure all hand sinks are equipped with soap, warm water, single use towels, Wash Hands ([QAS-22](#)) signage, and a trash can. *Asegúrese de que todos los fregaderos de mano estén equipados con jabón, agua caliente, toallas de papel, cartel de lavado de manos (QAS-22) y contenedor de basura.*
- ☐ Ensure the Wash Hands Upon Entering ([QAS-13](#)) signage is posted at each entrance to the kitchen. *Asegúrese de que el cartel "Lavar las manos en la entrada" se coloque en cada entrada a la cocina.*
- ☐ [Optional] Launch the [Handwashing](#) video clip and get it ready for sharing with your team.  
*[Opcional] Lance el video de 'Lavado de manos' y prepárelo para compartir con su equipo.*
- ☐ At the end of this training, record completion on the [5 Minutes on Food Safety Tracker](#), including the names of all associates trained. *Al finalizar esta capacitación, registre su finalización en el Registro de 5 minutos sobre seguridad alimentaria, incluyendo los nombres de todos los empleados capacitados.*

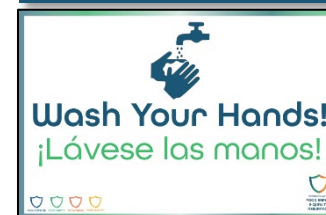
### 3.5 minute video



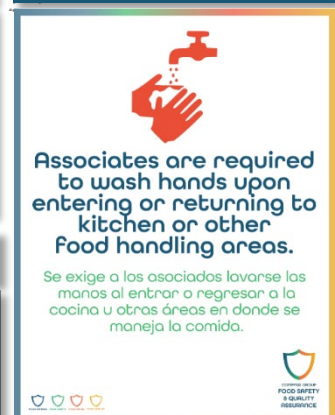
### QAS-22 BOH



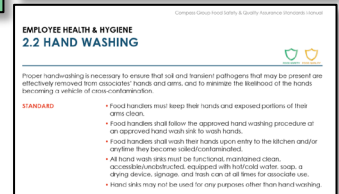
### QAS-22 FOH



### QAS-13



### POLICY 2.2



### Full Assessment

- 200: Observe food handler hands, hand washing, and gloves in use.
- 250: Observe each hand sink.

# Training Script

## Hand hygiene

As food handlers, we pose the greatest risk to the safety of our food. Proper hand washing is essential to food safety—it removes dirt and germs from your hands and arms that could contaminate food.

### Steps to proper hand washing:

1. Use a clean sink that is designated for hand washing. Never use ware wash sinks, mop sinks, or food preparation sinks to wash your hands.
2. Turn on the hot water to a comfortable temperature and wet your hands. Using warm/hot water aids in removing grease and soils from your hands.
3. Apply the soap and scrub your hands and the exposed portion of your arms for approximately 20 seconds. This is about the length of time it takes to sing Happy Birthday twice. Pay particular attention to the areas underneath the fingernails and between the fingers.
4. Thoroughly rinse with clean water.
5. Dry hands and arms with single use paper towels.

### When to wash your hands:

- Before starting work.
- Before putting on gloves, and then again when changing them.
- After handling chemicals, including after using sanitizer to wipe down equipment.
- After eating, drinking, smoking/vaping, or taking a break.
- After handling any raw meat, poultry, fish, or shell eggs.
- After using the restroom.
- After sneezing, coughing, blowing your nose, or using a tissue or handkerchief.
- After handling money.
- After touching your hair, face, body, or clothing.
- After handling garbage.
- After touching an open sore, cut, boil, or pimple.
- Between loading and emptying dishes from a dish machine.
- **Anytime your hands become contaminated!**

**Tell your supervisor immediately if any hand wash sink needs soap or paper towels, or if the water does not get hot.**

# Guión de entrenamiento

## Higiene de las manos

Como preparadores de alimentos, suponemos el mayor riesgo para la seguridad de nuestros alimentos. El lavado adecuado de las manos es esencial para la seguridad alimentaria: elimina suciedad y gérmenes de las manos y los brazos que podrían contaminar los alimentos.

### Cómo lavarse las manos correctamente:

1. Utilice un lavabo limpio que esté designado para lavar las manos. Nunca uses otros fregaderos para lavarte las manos.
2. Encienda el agua caliente a una temperatura cómoda y moja las manos. Utilizando se ayuda de agua caliente para eliminar grasa y suelos de sus manos.
3. Aplique el jabón y frote las manos y la parte expuesta de los brazos durante aproximadamente 20 segundos. Esto es sobre el tiempo que lleva cantar Feliz Cumpleaños. Preste especial atención a las áreas debajo de las uñas y entre los dedos.
4. Enjuagar muy bien con agua limpia.
5. Manos secas y brazos con toallas de papel.

### Cuando lavarse las manos:

- Antes de empezar a trabajar.
- Antes de ponerse los guantes, y luego otra vez al cambiarlos.
- Después de manejar productos químicos.
- Después de comer, beber, fumar, o tomar un Descanso.
- Después de manejar cualquier carne, pollo, pescado o huevos con cascara.
- Después de usar el baño.
- Después de estornudar, toser, sonarse la nariz, o utilizar un pañuelo desechable o un pañuelo.
- Después de manejar dinero.
- Después de tocarse el pelo, la cara, el cuerpo o la ropa.
- Después de manejar basura.
- Después de tocar una llaga abierta, cortar, hervir, o un grano.
- Entre la carga y vaciar los platos de una máquina de plato.
- **Cuando tus manos se contaminan!**

**Dígale a su supervisor inmediatamente si alguna lavamanos necesita jabón o toallas de papel, o si el agua no está caliente.**