

COMMENT BIEN SE LAVER LES MAINS?



1 Mouillez-vous les mains avec de l'eau



2 Versez du savon dans le creux de votre main



Frottez-vous les mains de **20 à 30 secondes**:
Les doigts, les paumes, le dessus des mains et les poignets



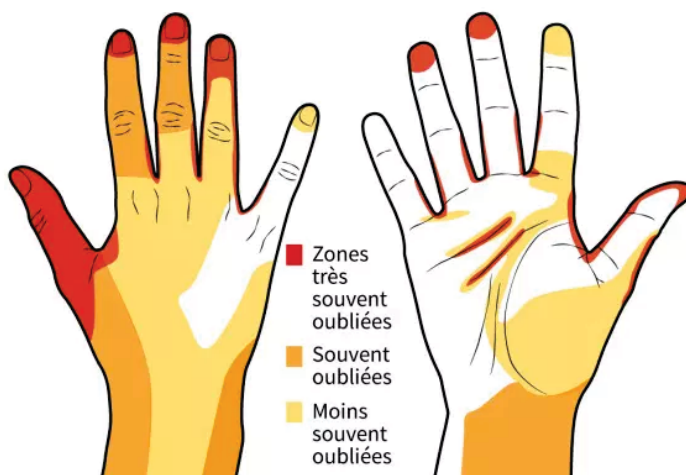
7 Séchez-vous les mains si possible avec un essuie-main à usage unique



8 Fermez le robinet avec le papier jetable



9 Vos mains sont nettoyées. en sortant, tenez la poignée de la porte avec un papier jetable.



Se laver les mains:

- Régulièrement (plusieurs fois par jour): avant de manger, après avoir utilisé les toilettes, après vous être mouché ou avoir éternué... ;
- Soigneusement ;
- avec de l'eau et du savon ou avec un gel hydro-alcoolique en adoptant les mêmes gestes (étapes 4 -5 et 6).