

Lavage des mains

Un lavage correct des mains contribue à réduire la propagation des maladies.

LAVEZ-VOUS LES MAINS :

- Avant, pendant et après la préparation des aliments ;
- Avant de manger ;
- Après être allé aux toilettes ou avoir évacué des déchets ;
- Après avoir changé des couches ou nettoyé un enfant qui est allé aux toilettes ;
- Après avoir touché un animal, de la nourriture pour animaux ou des déchets d'animaux ;
- Après avoir joué ou nagé.



1
Mouillez

1. MOUILLEZ

- Mouillez vos mains à l'eau courante propre.



2
Savonnez

2. SAVONNEZ

- Utilisez du savon.



3
Frottez

3. FROTTEZ

- Frottez-vous les mains pendant au moins vingt secondes.
- Veillez à frotter le savon sur l'avant et le dos de vos mains, entre les doigts et sous les ongles. (Comptez ou chantez une chanson pour enfants.)



4
Rincez

4. RINCEZ

- Rincez tout le savon à l'eau propre.



5
Séchez

5. SÉCHEZ

- Laissez sécher vos mains à l'air libre ou utilisez une serviette propre.



Si vous ne disposez pas d'eau potable et de savon, essayez d'utiliser un désinfectant pour les mains. Appliquez-le sur vos mains et frottez-les vigoureusement jusqu'à ce qu'il sèche.