

Comment se laver les mains?

Un lavage de mains adéquat vous protège, protège votre famille et les autres contre les infections.



1 Mouillez vos mains à l'eau et appliquez du savon.



2 Frottez les mains ensemble, paume contre paume



3 Lavez entre les doigts.



4 Lavez le dos des mains.



5 Nettoyez sous les ongles.



6 Nettoyez autour de la base de vos pouces.



7 Nettoyez autour de votre poignet.



8 Rincez le savon sous l'eau courante.



9 Séchez les mains et utilisez une serviette de papier ou votre coude pour fermer le robinet.

When to wash your hands

- Si elles sont visiblement sales ou que vous avez la sensation qu'elles le sont;
- Avant et après avoir manipulé de la nourriture;
- Après avoir manipulé des ordures, du linge sale ou après être allé aux toilettes;
- Après avoir éternué, toussé ou vous être mouché;
- Après avoir serré la main de quelqu'un;
- Après avoir touché des animaux domestiques.