

Se laver les mains : votre réflexe pour la santé !



1 Mouillez vos mains



2 Appliquez assez de savon



3 Paume contre paume



4 Paume sur le dos de la main opposée en écartant les doigts (gauche et droite)



5 Paume contre paume en entrelaçant les doigts



6 Dos des doigts dans la paume de l'autre main et mouvements de va-et-vient



7 Prenez le pouce avec la paume de l'autre main et frottez (gauche et droite)



8 Mouvements rotatifs du haut des doigts dans la paume de l'autre main (gauche et droite)



9 Rincez vos mains soigneusement avec de l'eau



10 Sèchez vos mains à l'aide d'un chiffon jetable



11 Fermez le robinet avec le chiffon jetable



12 Vos mains sont nettoyées. En sortant, tenez la poignée de la porte avec un chiffon jetable