

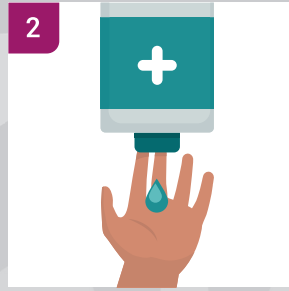


# COMMENT SE LAVER CORRECTEMENT LES MAINS ?

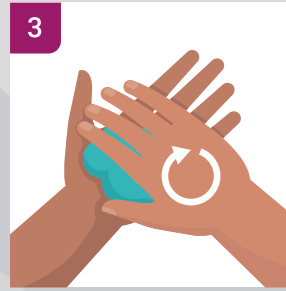
Lavez-vous toujours les mains dans une pièce séparée



**1**  
HUMIDIFIEZ-VOUS BIEN LES MAINS



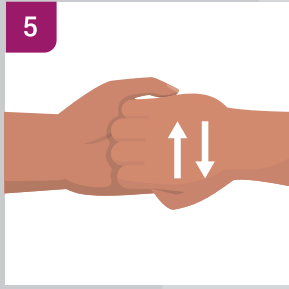
**2**  
PRENEZ DU SAVON  
**N'UTILISEZ PAS DE SHAMPOING !**



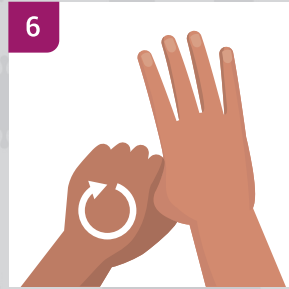
**3**  
FROTTEZ-VOUS LES MAINS PAUME CONTRE PAUME



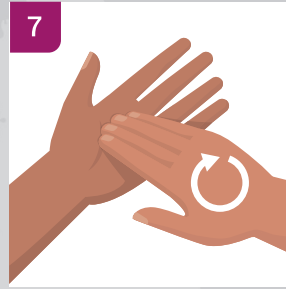
**4**  
FROTTEZ LA PAUME DE LA MAIN DROITE SUR LE DOS DE LA MAIN GAUCHE ET VICE VERSA, TOUT EN ENTRELAÇANT LES DOIGTS



**5**  
FROTTEZ LA FACE ARRIÈRE DE VOS DOIGTS CONTRE LA PAUME DE VOS MAINS



**6**  
EFFECTUEZ UN MOUVEMENT CIRCULAIRE AVEC VOTRE POUCE DROIT DANS LA MAIN GAUCHE ET VICE VERSA



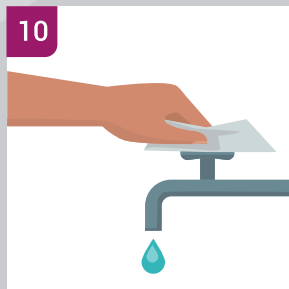
**7**  
FROTTEZ-VOUS LES DOIGTS SUR LES PAUMES DANS UN MOUVEMENT CIRCULAIRE ET FROTTEZ LES POIGNETS



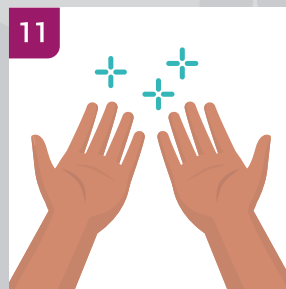
**8**  
RINCEZ-VOUS LES MAINS À L'EAU COURANTE



**9**  
SÉCHEZ-VOUS LES MAINS AVEC UNE SERVIETTE JETABLE



**10**  
UTILISEZ LA SERVIETTE JETABLE POUR FERMER LE ROBINET (LE CAS ÉCHÉANT)



**11**  
VOS MAINS SONT PROPRES

## QUEL SAVON UTILISER ?

Savon au pH neutre pour la peau (pH 5,5 environ) exempt de :

- colorants et parfums
- conservateurs
- solvants
- abrasifs

*Stay safe!*

## SE SÉCHER LES MAINS

### Comment se sécher les mains ?

- séchez-vous doucement les mains en tapotant
- si vous frottez trop fort, la couche protectrice supérieure se détériore, ce qui peut abîmer la barrière cutanée
- n'oubliez pas de bien sécher les zones entre les doigts

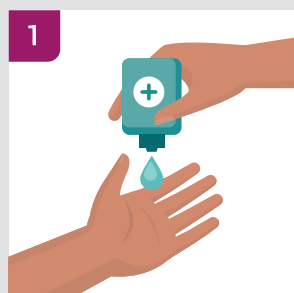
### Quelle serviette utiliser ?

- utilisez des serviettes aussi douces que possible
- utilisez des serviettes à usage unique
- ou utilisez des lingettes en papier jetables

Attention : n'utilisez jamais les serviettes usagées !

## L'UTILISATION DE GEL HYDROALCOOLIQUE DÉSINFECTANT

Prévoyez un gel hydroalcoolique désinfectant lorsqu'il n'est pas possible de se laver les mains à l'eau et au savon, par exemple dans le hall d'entrée.



**1**  
APPLIQUEZ UN PEU DE GEL DÉSINFECTANT DANS VOS MAINS



**2**  
RÉPARTISSEZ LE GEL SUR L'ENSEMBLE DES MAINS



**3**  
CONTINUEZ À FROTTER JUSQU'À CE QUE VOS MAINS SOIENT SÈCHES AU TOUCHER