

Bien se laver les mains

EN 9 ÉTAPES



Se mouiller les mains et les poignets sous l'eau courante.



Déposer une dose de savon dans le creux d'une main. Se savonner soigneusement les mains pendant au moins 15 secondes.



Se frictionner le dos des doigts en les tenant dans la paume de la main opposée.



Se laver les espaces interdigitaux.



Se frictionner le bout des doigts dans la paume de la main opposée.



Se frictionner la paume gauche avec le pouce droit en faisant de petits cercles, puis inverser.



Se frictionner le poignet droit avec la paume gauche, puis inverser.



Se rincer minutieusement les mains.



Se sécher les mains et les poignets par tamponnement, avec un essuie-mains à usage unique.