

30 SECONDES

POUR SE PROTÉGER ET PROTÉGER LES AUTRES...

Invisibles, les microbes et virus sont transportés par nos mains...
pour limiter leur propagation, lavons nos mains régulièrement !



Rincer les mains pour enlever
ce qui se dissout facilement et
préparer la peau au savonnage



Choisir de
préférence un
savon liquide neutre



Étaler le savon
Couper l'eau pendant cette
étape



Frotter le pouce
et sa base



Frotter alternativement la pulpe des
doigts d'une main dans le creux de
l'autre main et vice et versa



Frotter alternativement les doigts
d'une main entre les doigts de
l'autre main et vice et versa



N'oubliez pas les poignets,
ils peuvent aussi transporter
des germes



Pour finir, rincer
abondamment, de la pulpe
des doigts vers les poignets



Essuyer vos mains et fermer le robinet
avec une lingette en papier à usage
unique et la jeter à la poubelle

RECOMMANDATIONS

- ◆ Se laver les mains avant de manger, avant d'aller aux toilettes et après, après toute tâche salissante, en quittant le travail...
- ◆ Un savon peut provoquer une réaction de peau. Si c'est le cas, changez de savon et parlez-en à votre médecin.
- ◆ Utilisez régulièrement une crème hydratante