



Comment se laver efficacement les mains ?



1
Se mouiller les mains avec
de l'eau



2
Verser du savon dans le creux
de sa main



3
Se frotter les mains pendant
15 à 20 secondes : les doigts,
les paumes, le dos des mains,
les pouces et les poignets



4
Entrelacer ses mains pour
nettoyer la zone entre
les doigts



5
Nettoyer également les ongles



6
Se rincer les mains sous l'eau



7
Se sécher les mains si possible
avec un essuie-main
à usage unique



8
Fermer le robinet avec
l'essuie-main puis le jeter
dans une poubelle



Si vous n'avez pas d'eau ni de savon, utilisez une solution hydro-alcoolique sur des mains propres, non souillées, pour adopter les mêmes gestes (étapes 2, 3, 4 et 5). Veillez à vous frotter les mains jusqu'à ce qu'elles soient bien sèches.



Penser à se laver les mains après :

- vous être mouché, être allé aux toilettes ;
- avoir touché un objet commun (téléphone, imprimante, transport en commun...);
- avoir manipulé la poubelle ;
- avoir retiré vos protections (masques, gants, blouse...).



Penser à se laver les mains avant :

- de manger, de boire ou de fumer ;
- d'arriver à votre entreprise ;
- de mettre vos protections notamment faciales (masques, lunettes) ;
- d'entrer dans une zone commune
- d'aller aux toilettes
- avoir touché un objet commun (téléphone, imprimante, transport en commun...)

