

Se laver et désinfecter les mains correctement

Se laver les mains



1. Placer les mains sous l'eau courante.



2. Savonner soigneusement les mains pendant 20 à 30 secondes.



3. Rincer soigneusement les mains.



4. Bien sécher les mains.

Désinfecter les mains



1. Placer les paumes des mains l'une sur l'autre.



2. Frotter la paume de la main droite sur le dos de la main gauche et inversement.



3. Frotter les mains l'une contre l'autre avec les doigts écartés et entrelacés.



4. Frotter en tournant la main droite dans la main gauche avec les bouts des doigts pliés, et inversement.



5. Frotter en tournant le pouce droit enfermé dans la main gauche, et inversement.



6. «Gratter» la partie extérieure des doigts sur la paume de l'autre main en pliant les doigts.