

Le guide de Caprina pour bien se laver les mains

Le lavage des mains reste le meilleur moyen pour se protéger ainsi que ceux que vous aimez.

Étape 1



Mouiller

Étape 2



Savonner

Étape 3



Frotter
de 15 à 20 secondes

Étape 4



Nettoyer
les ongles

Étape 5



Rincer

Étape 6



Sécher

Étape 7



Fermer
avec le papier

Lavez-vous les mains souvent, surtout :

- quand elles sont visiblement sales ;
- après avoir éternué ou toussé ;
- après vous être mouché ;
- après être allé aux toilettes ;
- après avoir changé la couche d'un enfant ;
- avant de préparer, de manipuler ou de servir des aliments ;
- avant de manger ;
- avant de mettre ou d'enlever vos verres de contact ;
- après avoir manipulé les ordures.



caprina.com

source: ministère de la santé du gouvernement du québec

