

# Hygiène des mains

Nettoyer  
à l'eau et  
au savon



60  
sec.

1



Humidifiez vos mains avec de l'eau, appliquez-y une quantité généreuse de savon liquide et frottez comme suit:

2



Paume contre paume

3



Paume sur le dos de la main opposée en écartant les doigts (gauche et droite)

4



Paume contre paume en entrelaçant les doigts

5



Dos des doigts dans la paume de l'autre main et mouvements de va-et-vient

6



Prenez le pouce avec la paume de l'autre main et frottez (gauche et droite)

7



Mouvements rotatifs du haut des doigts dans la paume de l'autre main (gauche et droite)

8



Rincez soigneusement vos mains avec de l'eau

9



Séchez vos mains à l'aide d'une serviette jetable

10



Fermez le robinet avec la serviette jetable

11



Vos mains sont nettoyées



Source: WHO