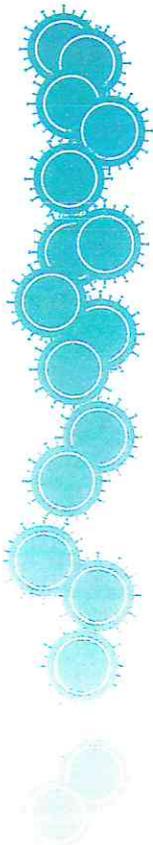


# HYGIÈNE DES MAINS SIMPLE ET EFFICACE



**Mouillez-vous** les mains avec de l'**eau**



**Versez** du **savon** dans le creux de votre main



**Frottez-vous** les mains de 15 à 20 secondes : **les doigts, les paumes, le dessus des mains et les poignets**



**Entrelacez** vos mains pour nettoyer la zone **entre les doigts**



**Nettoyez** également **les ongles**



**Rincez-vous** les mains **sous l'eau**



**Séchez-vous** les mains si possible avec un **essuie-main** à usage unique



**Fermez** le robinet avec l'**essuie-main** puis jetez-le dans une poubelle

*Si vous n'avez pas d'eau ni de savon, utilisez une solution hydroalcoolique 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.*

**Les gestes de chacun font la santé de tous**