

Prenez le temps de vous laver les mains

Il s'agit du moyen le plus efficace pour empêcher la propagation des germes.



Mouillez vos mains à l'eau courante tiède ou froide.



Appliquez du savon et savonnez les paumes et le dos de vos mains, vos poignets, l'espace entre vos doigts et sous vos ongles.



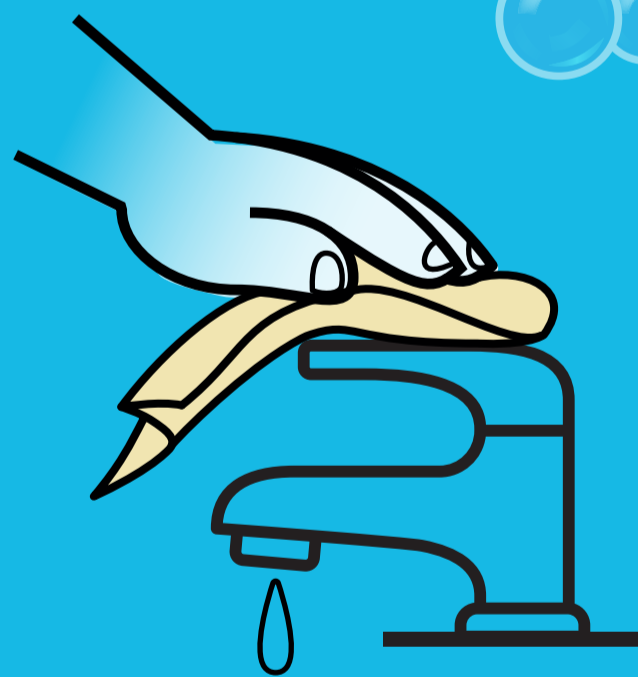
Frictionnez vos mains pendant au moins 20 secondes.



Rincez bien sous l'eau courante.



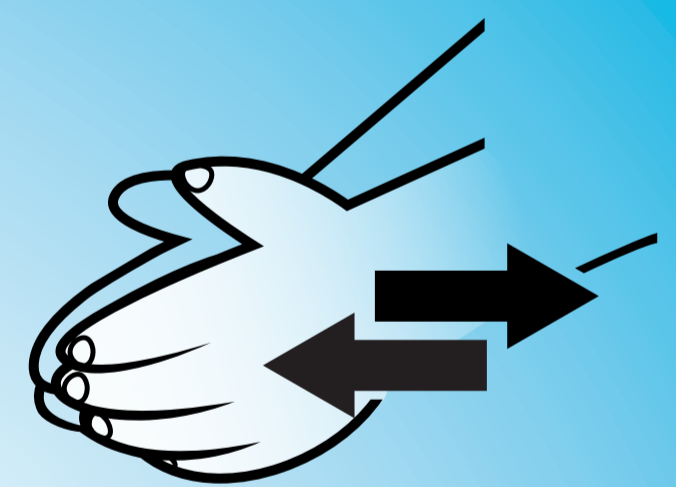
Séchez vos mains au moyen d'une serviette à usage unique.



Utilisez la serviette pour fermer le robinet.



En l'absence d'eau et de savon, utilisez un désinfectant.



Appliquez suffisamment de désinfectant sur vos mains pour couvrir toutes les surfaces, et frottez-vous les mains jusqu'à ce qu'elles soient sèches.