

Maladie à coronavirus 2019 (COVID-19)

# Comment se laver les mains



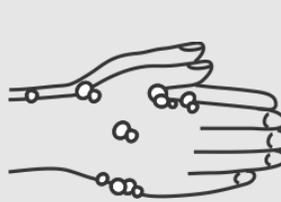
Lavez-vous les mains  
pendant au moins  
15 secondes

**1**

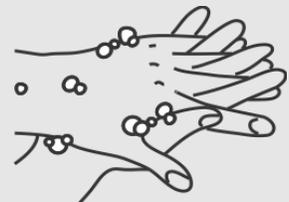
Mouillez-vous les mains  
avec de l'eau chaude.

**2**

Appliquez du savon.

**3**

Faites mousser le savon  
et frottez-vous les mains  
paume contre paume.

**4**

Frottez entre et  
autour des doigts.

**5**

Frottez le revers de  
chaque main avec la  
paume de l'autre main.

**6**

Frottez l'extrémité des  
doigts de chaque main  
dans la paume de  
l'autre main.

**7**

Frottez chaque pouce en  
refermant l'autre main  
sur celui-ci.

**8**

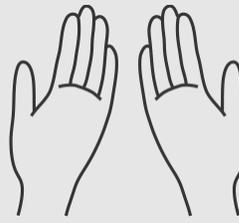
Rincez complètement  
à l'eau courante.

**9**

Séchez vos mains en les  
tapotant avec une  
serviette en papier.

**10**

Fermez le robinet en  
utilisant une serviette  
en papier.

**11**

Vos mains sont  
maintenant propres.

# Comment se désinfecter les mains



Frottez-vous les mains  
pendant au moins  
15 secondes

1



Appliquez le produit sur les paumes de vos mains sèches en appuyant une ou deux fois sur la pompe.

2



Frottez vos mains paume contre paume.

3



Frottez entre et autour des doigts.

4



Frottez le revers de chaque main avec la paume de l'autre main.

5



Frottez l'extrémité des doigts de chaque main dans la paume de l'autre main.

6



Frottez chaque pouce en refermant l'autre main sur celui-ci.

7



Frottez-vous les mains jusqu'à ce que le produit soit évaporé. N'utilisez pas de papier essuie-tout.

8



Une fois sèches, vos mains sont propres.

## Sources :

Agence ontarienne de protection et de promotion de la santé (Santé publique Ontario), Comité consultatif provincial des maladies infectieuses. Pratiques exemplaires d'hygiène des mains dans tous les établissements de soins de santé, 4<sup>e</sup> édition [Internet]. Toronto, ON: Imprimeur de la Reine pour l'Ontario; 2014. Disponible à : <https://www.publichealthontario.ca/-/media/documents/bp-hand-hygiene.pdf?la=fr>

Les renseignements présentés dans ce document sont à jour au 16 mars 2020

© Imprimeur de la Reine pour l'Ontario, 2020

Ontario 