



Association Santé au Travail
de l'Ariège

AVOIR LES MAINS PROPRES

LIENS UTILES

https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/Affichette_lavage_mains.pdf

MATERIEL

Eau, savon et essuie mains à usage unique, poubelle

**CONDUITE
A TENIR**

Mouiller les mains

Utiliser un savon liquide

Bien savonner entre les doigts

Frotter en insistant sur le bord et le dos des mains, la paume et les ongles

Rincer abondamment. (si la commande du robinet est manuelle refermer le robinet à l'aide d'un papier essuie-mains à usage unique)

Essuyer et sécher les mains à l'aide d'un papier essuie main à usage unique

**MODE
DEGRADE**

Les gels hydro alcooliques permettent de désinfecter efficacement les mains.

Une quantité suffisante de gel antibactérien et 30 secondes de frictions suffisent pour éliminer 99,9% des bactéries.

**BON A
SAVOIR**



- Endroits souvent oubliés
- Endroits moins fréquemment oubliés
- Endroits pas oubliés

Evitez de porter des bijoux, et ne vous rongez pas les ongles.



🕒 Durée du lavage : entre 40 et 60 secondes,



0 Moufler les mains abondamment



1 Appliquer suffisamment de savon pour recouvrir toutes les surfaces des mains et frictionner :



2 Paume contre paume par mouvement de rotation,



3 Le dos de la main gauche avec un mouvement d'avant en arrière exercé par la paume droite, et vice-versa,



4 Les espaces interdigitaux paume contre paume, doigts entrelacés, en exerçant un mouvement d'avant en arrière,



5 Les dos des doigts en les tenant dans la paume des mains opposées avec un mouvement d'aller-retour latéral,



6 Le pouce de la main par rotation dans la paume refermée de la main droite et vice-versa,



7 La pulpe des doigts de la main droite par rotation contre la paume de la main gauche, et vice versa.



8 Rincer les mains à l'eau,



9 Sécher soigneusement les mains avec une serviette à usage unique,



10 Fermer le robinet à l'aide d'une serviette,



11 Les mains sont prêtes pour le soin

Source:



