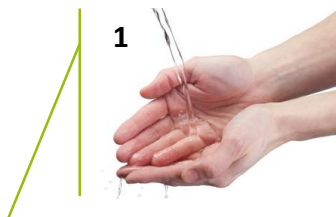


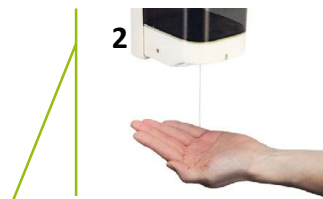
TECHNIQUE D'HYGIÈNE DES MAINS : LAVAGE AU SAVON DOUX

LES PRÉREQUIS :

- Ongles courts, sans vernis, faux ongles ou résine
- Absence de bijoux (bracelet, bague, alliance, montre)
- Avant-bras dégagés



1
Mouillez les mains à l'eau tiède



2
Prendre une dose adaptée de savon doux dans le creux de la main

Durée du savonnage :
15 secondes minimum



Remarque : l'ordre des étapes de savonnage importe peu, l'essentiel est de les réaliser toutes.



Frictionner paume contre paume par mouvements de rotation



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



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



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



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



Le dos des doigts en les tenant dans la paume de la main opposée avec mouvement d'aller-retour latéral

Durée du rinçage :
15 secondes minimum



9
Rincer abondamment à l'eau en frottant pour éliminer tout résidu de savon

Durée du séchage :
15 secondes minimum



10
Sécher soigneusement en tamponnant avec des essuie-mains à usage unique



11
Fermer le robinet avec un essuie-mains et l'éliminer sans toucher la poubelle

Durée totale :

