



Fiche Prévention – Covid 19

Bien se laver les mains à l'eau et au savon

QUAND ?

- ▶ Après avoir mouché votre nez, toussé ou éternué
- ▶ Après vous être rendu dans un lieu public (notamment transports en commun, salles de réunion, locaux partagés)
- ▶ Après avoir touché des surfaces communes
- ▶ Avant, pendant et après les soins si vous vous occupez d'une personne malade, enfant (change, toilettes)
- ▶ Avant et après avoir mangé
- ▶ Après être allé aux toilettes
- ▶ Après avoir manipulé les poubelles
- ▶ Avant et après avoir utilisé un masque
- ▶ Quand vos mains sont visiblement sales



**Frotter pendant
30 secondes
minimum**

COMMENT ?



1/ Mouiller abondamment
les mains.



2/ Appliquer le savon et frotter
paume contre paume.



3/ Bien savonner entre les doigts
et sur le dos des mains.



4/ Frotter au moins 30 secondes
en insistant sur le bord
et le dos des mains,
la paume, les pouces,
les ongles et les poignets.



5/ Rincer abondamment.



6/ Essuyer et sécher les mains
à l'aide d'un papier
essuie-mains à usage unique,
refermer le robinet
avec le papier et le jeter.

© Source INRS

Les CDG de la Région Centre Val de Loire se mobilisent pour vous accompagner



Fiche Prévention – Covid 19

Visionnez la vidéo du gouvernement :



Saisissez le lien sur un navigateur internet : <https://www.dailymotion.com/video/x7smbcg>

Ou Scannez le QR Code :



..... Votre Centre de Gestion est à votre disposition

