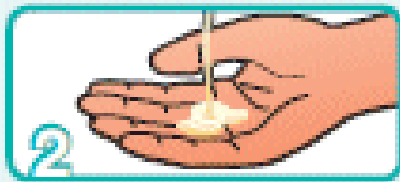


## Le lavage des mains

Il doit durer environ 30 secondes. On va frotter avec de l'eau et du savon toutes les parties de la main y compris les ongles et les poignets.



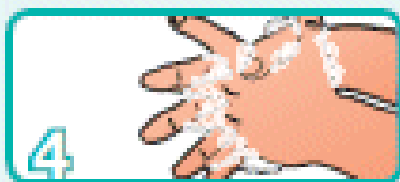
**Mouillez-vous** les mains avec de l'eau



**Versez** du savon dans le creux de votre main



**Frottez-vous** les mains de 15 à 20 secondes : les doigts, les paumes, le dessus des mains et les poignets



**Entrelacez** vos mains pour nettoyer la zone entre les doigts



**Nettoyez** également les ongles



**Rincez-vous** les mains sous l'eau



**Séchez-vous** les mains si possible avec un essuie-main à usage unique



**Fermez** le robinet avec l'essuie-main puis jetez-le dans une poubelle