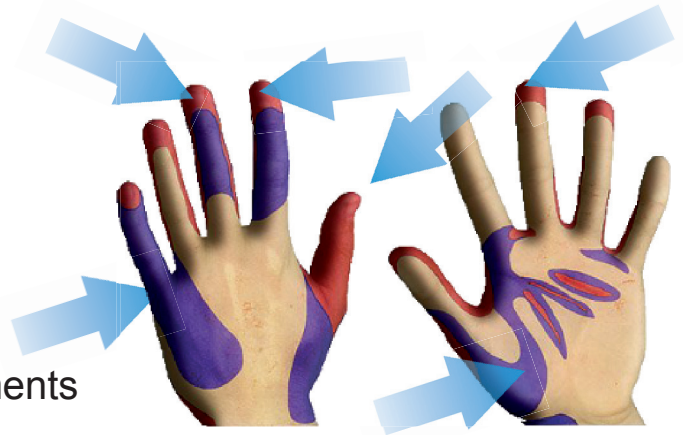


# LAVEZ-VOUS LES MAINS

## afin de prévenir les infections

- Après être allé aux toilettes
- Après s'être mouché
- Après avoir mouché quelqu'un
- Après avoir éternué ou toussé
- Suite à un contact avec des liquides corporels
- Avant de préparer ou de manipuler des aliments
- Avant de servir ou de manger des aliments
- En commençant sa journée de travail
- Avant et après une intervention auprès d'une personne
- Après avoir porté des gants



COMMENT	POURQUOI
Mouillez vos mains sous l'eau tiède courante.	Élimine une partie de la poussière. Prépare la peau pour le savon.
Faites mousser le savon en frottant les mains. N'oubliez pas les poignets, les ongles et entre les doigts.	L'action de frotter enlève les microbes et la poussière.
Rincez bien vos mains à l'eau tiède courante.	Élimine les micro-organismes et le savon. Évite l'irritation de la peau.
Tapotez doucement vos mains à l'aide d'une serviette jetable ou d'un sèche-mains	Prévient la contamination. Frotter avec une serviette peut causer des gerçures.
Fermez le robinet avec une serviette.	Évite la recontamination.



CENTRE  
DE RÉADAPTATION  
DE L'OUEST DE MONTRÉAL  
WEST MONTREAL  
READAPTATION  
CENTRE

**MARS** est le  
MOIS DE L'HYGIÈNE DES MAINS AU CROM