



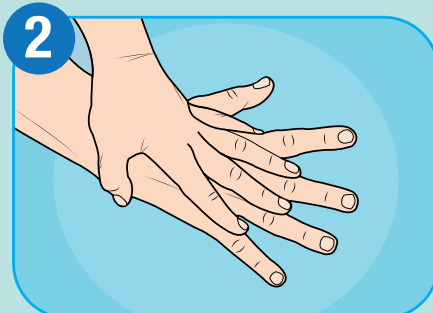
# Comment faire mon hygiène des mains ?

## AVEC UNE SOLUTION HYDROALCOOLIQUE (SHA) Sur mains visuellement propres et sèches

Prenez une dose de solution hydroalcoolique dans le creux de la main



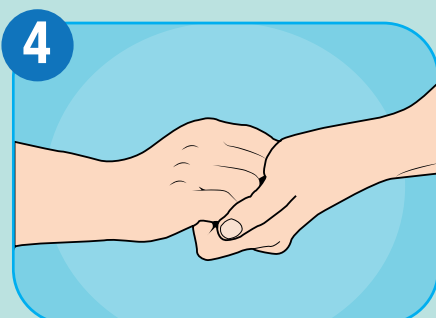
Paume contre paume



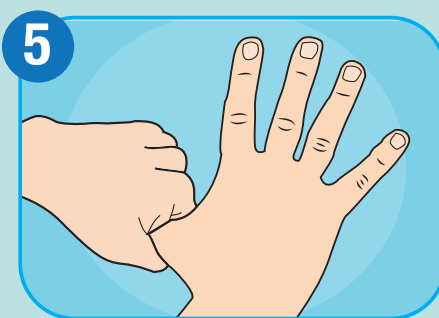
Paume de la main droite sur le dos de la main gauche et paume de la main gauche sur le dos de la main droite.



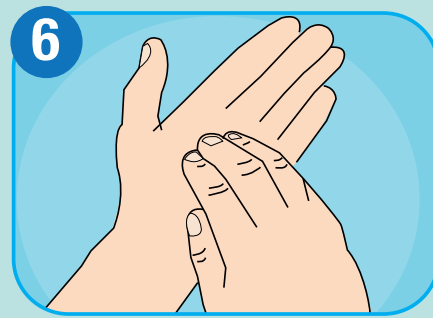
Paume contre paume  
doigts entrelacés.



Dos des doigts contre la paume opposée avec les doigts emboîtés.



Friction circulaire du pouce droit enchaîné dans la paume gauche et vice et versa.



Friction en rotation, mouvement de va et vient et les doigts joints de la main droite dans la gauche et vice et versa.

Je frictionne en respectant la technique (1 à 7).  
Je continue la friction des mains jusqu'à séchage complet du produit.



Friction des poignets

**Durée de frictions des mains = 30s**

Voir le film



**Mains  
désinfectées**



**Infections  
évitées**



**Bactériologie,  
virologie, hygiène**

