

Nous aimons nos familles et nous même donc nous devons pratiquer l'hygiène des mains.

La bonne façon de se laver les mains

- Étape 1 : Mouiller les mains avec de l'eau courante
- Étape 2 : Appliquer suffisamment le savon pour couvrir les mains mouillées
- Étape 3 : Frotter toutes les surfaces des mains - y compris le dos des mains, entre les doigts et sous les ongles - pendant au moins 20 secondes
- Étape 4: Rincer abondamment les mains avec de l'eau courante.
- Étape 5 : Séchez-vous les mains avec un chiffon propre ou une serviette à usage unique



Lavez-vous les mains à chaque fois :

- Vous vous mouchez, toussiez ou éternuez
- Vous avez utilisé les toilettes
- Vous avez manipulé des ordures ou des immondices
- Vous avez joué à l'extérieur, visité des marchés/hôpitaux ou d'autres espaces communautaires, ou utilisé les transports en commun
- Vous avez touché des surfaces à l'extérieur de la maison (tenir une balustrade, une poignée de porte, etc. manipulé de l'argent)
- Vous avez joué avec des animaux ou travaillé dans votre ferme d'animaux domestiques (poulailler, enclos, grange, écurie, etc.)
- Avant et après avoir pris soin d'une personne malade
- Avant et après le traitement d'une fracture ou d'une blessure
- Avant ou après avoir mangé ou bu
- Vos mains ont l'air sales



Pourquoi faut-il se laver régulièrement les mains ?

- La pneumonie et la diarrhée sont responsables de plus de 12 mille de décès de jeunes enfants dans le monde chaque année.
- Les germes peuvent survivre jusqu'à trois heures sur vos mains.
Il y a entre 2 et 10 millions de bactéries sur le bout des doigts et les coudes
- Un gramme de caca (excréments) peut contenir des billions de germes qui peuvent mettre en danger votre vie et celle d'autres personnes s'ils se propagent de main en main.
- Vos mains propagent 1 000 fois plus de germes lorsqu'elles sont humides que lorsqu'elles sont sèches. Séchez-vous donc les mains après les avoir lavées