DÉSINFECTANT POUR LES MAINS

Des mains propres empêchent la propagation des germes

1



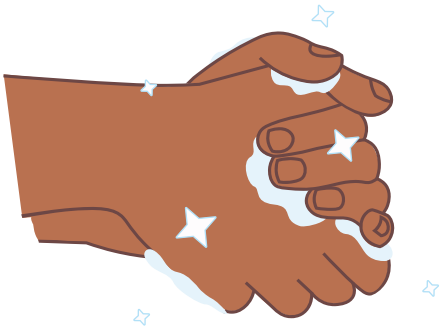
Choisissez un désinfectant pour les mains contenant de 70 % à 90 % d'alcool

2



Appliquez 1 à 2 pompes

3



Frottez vos mains pendant 15 secondes, jusqu'à ce qu'elles soient sèches

4



Le désinfectant pour les mains élimine rapidement la plupart des germes

DES MAINS PROPRES EMPÊCHENT LA PROPAGATION DES GERMES

Nettoyez vos mains avec un désinfectant pour les mains ou avec de l'eau et du savon

- Les désinfectants pour les mains sont très utiles lorsque vous n'avez pas accès à de l'eau et à du savon.
- Utilisez de l'eau et du savon lorsque vos mains sont visiblement sales ou avant de préparer des aliments.

Moments où il est important de se laver les mains :

- Après avoir éternué, toussé ou vous être mouché.
- Après être allé aux toilettes ou avoir changé une couche.
- Avant et après avoir préparé, manipulé, servi ou consommé des aliments.
- Avant et après vous être touché les yeux, le nez ou la bouche.
- Avant et après avoir pris soin d'une personne malade.
- Avant et après avoir soigné une coupure ou une plaie.
- Après avoir touché des surfaces fréquemment utilisées dans les lieux publics (p. ex. transports en commun, ascenseurs, poignées de porte).

Comment se laver les mains

1. Mouillez-vous les mains à l'eau tiède et utilisez du savon.
2. Frottez-vous les mains pendant 15 secondes, notamment le dos des mains, les pouces, entre les doigts et sous les ongles.
3. Rincez-vous les mains sous l'eau courante.
4. Séchez-vous bien les mains.

Comment utiliser un désinfectant pour les mains

- Choisissez un désinfectant pour les mains contenant de 70 % à 90 % d'alcool.
- Assurez-vous que vos mains ne sont pas visiblement sales.
- Appliquez une ou deux pompes de désinfectant dans la paume de votre main, puis frottez-le sur le bout des doigts, entre les doigts, sous les ongles, sur le dos des mains et sur les pouces.
- Frottez-vous les mains pendant au moins 15 secondes, jusqu'à ce qu'elles soient sèches.
- Il faut surveiller les jeunes enfants pour s'assurer qu'ils utilisent correctement le désinfectant pour les mains.

Utilisez une lotion pour garder vos mains en bonne santé

- Le fait de vous laver les mains souvent peut assécher votre peau.
- La peau sèche peut se fissurer, ce qui permet aux germes de pénétrer.
- L'utilisation d'une lotion aide à garder vos mains douces, saines et protégées.

Où puis-je obtenir plus d'information?

Appelez Toronto Health Connection au 416 338-7600; ATS : 416 392-0658;
ou consultez notre site Web à **www.toronto.ca/health.**