

1 Mouille tes mains et tes poignets avec de l'eau



2 Mets du savon sur tes mains

3 Frotte vigoureusement les paumes et le dos de tes mains



4 Nettoie bien entre tes doigts

5 Nettoie bien le bout de tes doigts et de tes ongles...



6 ...et n'oublie pas tes poignets!

Ouste les microbes!  
La mousse est la ressource.



7 Rince abondamment avec de l'eau

8 Assèche tes mains et tes poignets avec un papier



9 Demande à un adulte de fermer le robinet avec un papier...



10 ...et de le jeter dans la poubelle

