

PETITS CONSEILS D'HYGIENE POUR LES PETITS... ET LES GRANDS !

LE LAVAGE DES MAINS

Le lavage des mains joue un rôle essentiel dans l'hygiène puisque c'est par les mains que se transmettent beaucoup de microbes et de maladies (gastro-entérite ou rhume par exemple).

C'est pourquoi il est très important de te laver les mains.

Mais quand dois tu te laver les mains ?

Il est très important de te laver les mains aussi souvent que nécessaire, à chaque fois que tu y penses, mais au minimum :

- avant de préparer des repas
- avant de manger
- après s'être mouché
- après être allé aux toilettes

Comment te laver les mains ?

Suis les conseils de notre ami Mistigri pour bien te laver les mains :



Tout d'abord, tu dois te mouiller les mains avec de l'eau.



Puis mets une dose de savon dans le creux de ta main.



Ensuite, frotte tes mains pour faire mousser le savon : surtout, n'oublie pas d'insister entre les doigts et les ongles.



Enfin, rince tes mains à l'eau.



Pour finir, sèche bien tes mains avec un essuie-mains propre.