

# Nettoyage des mains

## Important

Si vous avez un des symptômes de la COVID-19 (fièvre supérieure à 38 degrés, toux, mal de gorge, difficulté respiratoire) **vous ne devez pas vous présenter au CEP.** Appelez, dans les plus brefs délais, votre supérieur immédiat afin de lui faire part de la situation.

**Objectifs:** Réduire les risques de la transmission des virus.

Utilisez un désinfectant à base d'alcool si vous n'avez pas accès à de l'eau et à du savon.

**Quand:**

- En entrant dans un établissement;
- Avant et après avoir mangé;
- Avant et après être allé aux toilettes;
- Après s'être mouché ou avoir éternué;
- Après être allé en pause;
- Tous les autres moments jugés importants.

## **OBSERVEZ LES RÈGLES D'HYGIÈNE LORSQUE VOUS TOUSSEZ OU ÉTERNUEZ:**

- Couvrez-vous la bouche et le nez avec votre bras afin de réduire la propagation du virus.
- Si vous utilisez un mouchoir en papier, jetez-le dès que possible et lavez-vous les mains par la suite.



**1** MOUILLER



**2** SAVONNER



**3** FROTTER DE 15  
À 20 SECONDES



**4** NETTOYER  
LES ONGLES



**5** RINCER



**6** SÉCHER



**7** FERMER AVEC  
LE PAPIER