

## À propos de l'hygiène des mains

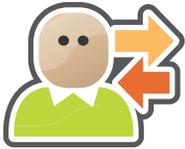


### Je me renseigne...

Se laver les mains est la meilleure façon de prévenir la propagation des infections. On peut être contaminé par des germes (microbes, virus, etc.) en touchant une personne, des objets ou des surfaces contaminées et en portant ensuite les mains au visage.

### Pour une hygiène appropriée

- Il faut se laver les mains et les avant-bras à l'eau chaude et au savon :
  - avant et après avoir mangé ou bu;
  - après avoir éternué ou s'être mouché;
  - après être allé aux toilettes;
  - chaque fois qu'il y a un risque de contamination au regard des aliments;
  - après avoir manipulé des aliments crus;
  - avant de commencer le travail, après l'avoir terminé et au besoin;
  - après avoir été en contact avec des animaux;
  - après avoir manipulé des déchets;
  - avant et après avoir été en contact avec des personnes malades;
  - après avoir été en contact avec du sang ou des liquides biologiques.



## Je détecte et je réagis...

Je me lave les mains avec de l'eau.



Je me lave les mains sans eau.





## Je m'interroge

Je coche ce qui me concerne et ce que j'ai fait

Cela me concerne...

Ce que j'ai fait...

### Est-ce que...

- |                          |  |                          |
|--------------------------|--|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | j'ai porté mes gants lorsque la tâche l'exigeait?  | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | je n'ai pas utilisé les gants comme solution de remplacement au lavage des mains?  | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | je me suis lavé les mains selon la bonne technique et en respectant les étapes?  | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | j'ai utilisé le bon produit pour me laver les mains?   | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | j'ai enlevé mes bagues et mes bracelets avant d'enfiler mes gants?   | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | j'ai fait attention à ce que je manipulais avec mes gants afin de ne pas contaminer ce qui m'entourait?                              | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | j'ai utilisé des gants jetables au moment de faire de l'entretien afin de prévenir l'exposition au sang et aux liquides biologiques? | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | j'ai prévu l'entretien des gants s'il y avait lieu de le faire?  | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | j'ai validé mes actions auprès de la personne qui me supervise?  | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | j'ai appliqué le référentiel d'actions préventives?  | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | j'ai appliqué des mesures correctives afin d'améliorer ma sécurité et celle des autres?  | <input type="checkbox"/> |

**Source**

Site Web du Centre canadien d'hygiène et de sécurité au travail (CCHST).

**Illustrations**

Commission de la santé et de la sécurité du travail (CSST), Affiche *Se laver les mains*,  
DC 900-319 (05-12)

Illustrateur : Daniel Rainville