

Lavez-vous les mains

Après un désastre, il peut s'avérer difficile de rester propre. Vous n'avez peut-être pas l'eau courante. Une bonne hygiène personnelle peut cependant vous aider à conserver la santé.

Quelques conseils pour rester propre et en bonne santé

- Se laver les mains à l'eau savonneuse. En l'absence d'eau et de savon, utiliser des lingettes imbibées d'alcool.
- Se laver les mains à de multiples reprises tous les jours.



Les moments de prédilection pour se laver les mains sont les suivants

AVANT

- la préparation de repas
- les repas
- un contact avec une personne malade
- de toucher une coupure, une blessure ou une lésion.

APRÈS

- être allé(e) aux toilettes
- s'être mouché(e), avoir toussé ou éternué
- avoir touché des objets éventuellement porteurs de germes, tels
 - des couches ou un enfant qui vient d'aller aux toilettes
 - des aliments non cuisinés (ingrédients crus)
 - des animaux ou des déchets d'animaux
 - des ordures
 - des objets touchés par une inondation
 - une personne malade
 - des coupures, blessures ou lésions.



