

# ROCK AND ROLL



**VOUS FROTTEZ FORT !  
VOTRE LAVAGE DES MAINS EST BIEN VIGOUREUX !  
CEPENDANT, IL FAUT METTRE LE LOOK DE CÔTÉ.  
ALLEZ, ON ENLÈVE LES BIJOUX...  
AUSSI NOMBREUX PEUVENT-ILS ÊTRE !**

# Chanceux



*C'est peut-être par hasard  
que vous oubliez de vous laver les espaces  
interdigitaux, mais si vous vous décroisiez  
un peu les doigts, votre lavage des mains  
en sortirait gagnant!*

00:00:20 à 00:00:30

**RAPIDE**



**DYNAMIQUE ET RAPIDE, rien ne vous arrête! Cependant, se laver les mains rapidement est moins efficace et vous risquez d'oublier des recoins.**

**Ce n'est pas une course!**

**Prenez le temps,**

**c'est beaucoup plus gagnant!**

# Positif



**BON VIVANT, vous faites bien les choses !  
Malheureusement, vous avez tendance  
à oublier de laver votre pouce.  
Un petit coup de savon et vous pourrez  
le remettre en l'air !**

# PERFECTIONNISTE



**WOW ! Vous êtes un pro du lavage des mains.  
Les gens ne doivent pas hésiter deux secondes  
avant de vous faire un *high-five*:  
vos mains sont belles et bien propres!**



# Félin



*POUR GRIFFER OU GRATTER,  
même pour charmer : les ongles peuvent s'avérer  
redoutable ! Or, ils sont aussi une cachette  
incroyable pour les pathogènes. On empoigne la  
lime et on fait la lutte aux microbes, bec et ongles !*

# Je me lave les mains en respectant chacune des étapes :

**P-P-D-D-P-P**



**P**roduit



**P**aume



**D**os



**D**oigts



**P**ouce



**P**oignet



**Rincer les mains**



**Fermer le robinet**



**Temps de lavage :**

- Alcool : 20 à 30 secondes
- Savon : 40 à 60 secondes

Centre intégré  
universitaire de santé  
et de services sociaux  
de l'Est-de-  
l'île-de-Montréal

Québec 