



## Comment se laver les mains pour éviter le maximum de risques microbiologiques

- mouiller les mains et les avant-bras à l'eau potable ;
- prendre de préférence un savon liquide ;
- se frictionner les mains en insistant sur la paume et les extrémités 20 secondes au minimum ;
- rincer abondamment à l'eau ;
- sécher soigneusement les mains avec un essuie-main **papier à usage unique** ou avec un torchon propre changé à tous les repas.

### Quand se laver les mains ?

- avant de manipuler des aliments cuits ou crus (viandes, poissons, végétaux) et à chaque changement de type d'aliments ;
- avant de faire le service ;
- avant de mettre des gants et après avoir retiré des gants ;
- après être passé aux toilettes ;
- après tout geste contaminant les mains ;
- après avoir touché des matières premières brutes (fruits et légumes, viandes, volailles, coquille d'œuf, poissons...)
- après avoir nettoyé des surfaces ou des équipements ;
- après avoir manipulé des déchets, des emballages ou des cartons ;
- après s'être touché le nez, les cheveux, le visage ;
- après avoir toussé ou s'être mouché ou avoir éternué ;
- après avoir serré la main d'une autre personne ou touché un animal ;
- après avoir caressé des animaux (notamment des bovins mais aussi des daims et autres ruminants d'ornement).