



# Mon enfant et le lavage des mains



Les premiers mois, mon bébé est plus fragile que les enfants et les adultes. Pour éviter la transmission de virus et de microbes, je me **lave les mains avant et après m'être occupé de mon bébé**, que ce soit au moment des tétées, des repas, des changes, de la toilette...

Se laver les mains aide à **se protéger et à protéger les autres des bactéries et des virus** susceptibles de propager des maladies.

## J'observe

Tout au long de la journée, j'identifie les **moments clés** où mon enfant et moi devons nous laver soigneusement les mains à l'eau et au savon :

- quand nos mains sont visiblement sales ;
- après un contact avec une personne malade ;
- avant et après avoir mangé ou cuisiné ;
- après avoir touché des animaux (dont les animaux de compagnie) ;
- après être allé aux toilettes ;
- en rentrant chez soi après avoir fait ses courses ou pris les transports en commun.
- après avoir mouché notre nez, toussé ou éternué ;

À la maison, je m'assure que mon enfant accède facilement aux éviers/lavabos et au savon. Si ce n'est pas le cas, j'installe un tabouret pour qu'il atteigne facilement le robinet, en présence d'un adulte.

## J'agis



J'aide mon enfant à comprendre pourquoi il est important de se laver les mains.

Je lui apprends que même si les virus et les bactéries sont invisibles, ils peuvent toujours être là.

Je montre à mon enfant comment se laver les mains correctement.



Il ne suffit pas de se frotter et de se rincer rapidement les mains.

5 étapes pour un **lavage des mains efficace** :



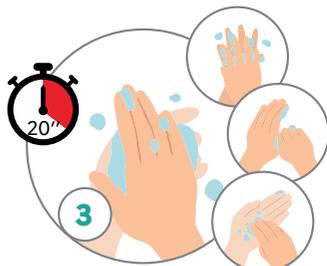
1

se mouiller les mains à l'eau courante ;



2

appliquer suffisamment de savon pour recouvrir les mains mouillées ;



3

frotter toute la surface des mains, sans oublier le dos des mains et les espaces entre les doigts et sous les ongles, pendant au moins 20 secondes (le temps d'une comptine ou d'une chanson par exemple. 🎵) ;



4

se rincer soigneusement les mains à l'eau courante ;



5

se sécher les mains avec un linge propre ou une serviette à usage unique.



**S'il n'y a pas d'eau, nous utilisons un gel hydroalcoolique** (avec au moins 60 % d'alcool) et réalisons les étapes 2 et 3.

## Je surveille

Je m'assure que le lavage des mains devienne une **habitude** pour mon enfant.

Je donne l'exemple et en fait une activité familiale.

À la maison tout le monde se lave les mains aux moments clés !



Retrouvez  
+ d'infos et  
de conseils  
ici

