



**ma santé
ça me
regarde !**

Bien se laver les mains



Présentation des pairs-aidants

Carole Bertaux, patiente partenaire

Alexandra Crombez, coordinatrice santé

Adrien Lecointe, pair-aidant

Benjamin Ledoux, pair-aidant

Ma santé, ça me regarde, qu'est-ce que c'est ?

Présentation vidéo en FALC : https://youtu.be/J_lz4C0oJPg

4 Axes :

- Recueillir l'expression des usagers
- Informer les usagers sur les offres de prévention et de soins, les droits en santé
- Impliquer des patients-partenaires/ pairs-aidants
- Analyser et transmettre les conclusions





Comment se laver les mains ?



Avec de l'eau et du savon



Avec du gel hydroalcoolique



Se laver les mains étape par étape

1

J'ouvre le robinet
et je mouille mes mains.



2

Je ferme le robinet
et je prends du savon.



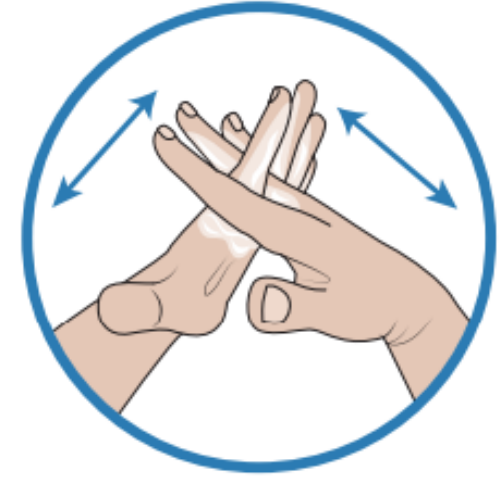
3

Je frotte mes mains
l'une contre l'autre.



4

Je frotte
entre mes doigts.





Se laver les mains étape par étape

5

Je frotte le dessus
de mes deux mains.



6

Je frotte entre les doigts
de chaque main.



7

Je frotte mes 2 pouces
et je tourne.



8

Je frotte mes 2 poignets
et je tourne.





Se laver les mains étape par étape

9

Je serre et je desserre
le bout de mes doigts.



10

J'ouvre le robinet
et je me rince les mains.



11

Je m'essuie les mains
avec une serviette.



12

Je ferme le robinet
avec la serviette.



Quand se laver les mains ?





Quand se laver les mains ?

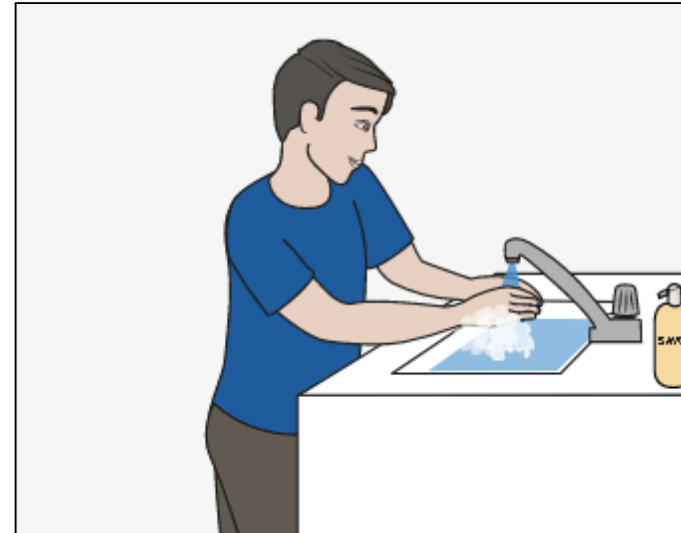
Après avoir été aux toilettes,





Quand se laver les mains ?

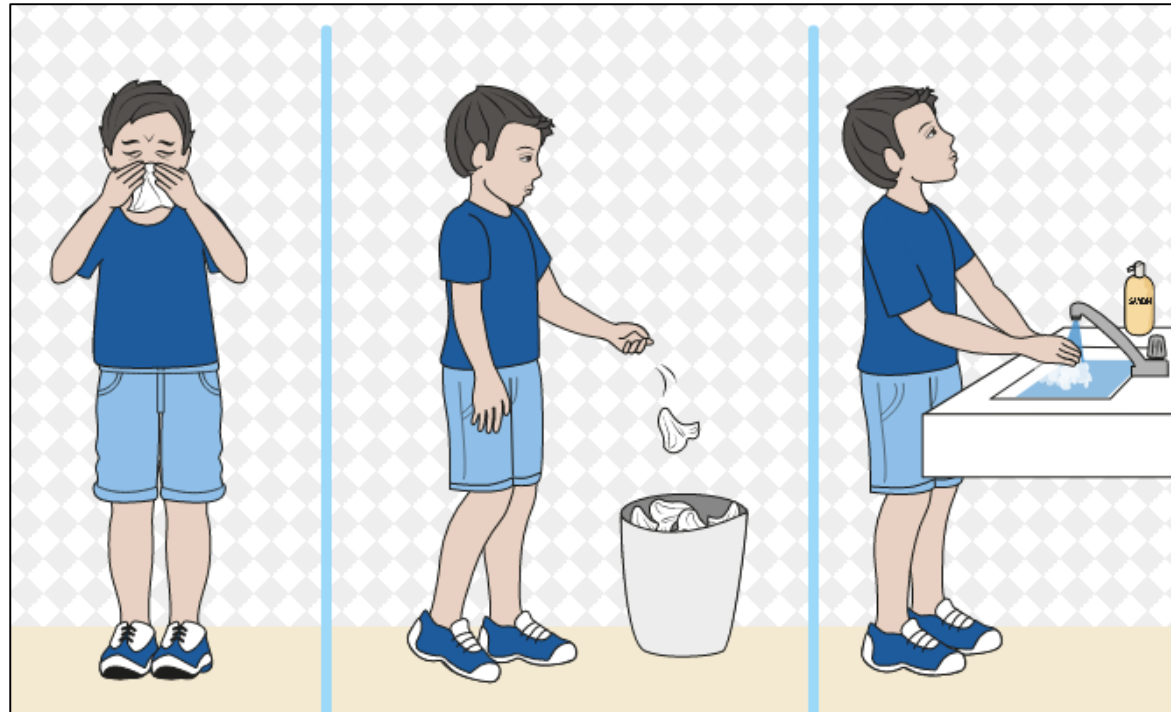
Après avoir éternué ou toussé,





Quand se laver les mains ?

Après s'être mouché,





Quand se laver les mains ?

Avant et après avoir cuisiné,

Avant et après avoir mangé.





Quand se laver les mains ?

Après avoir pris le bus ou le train.





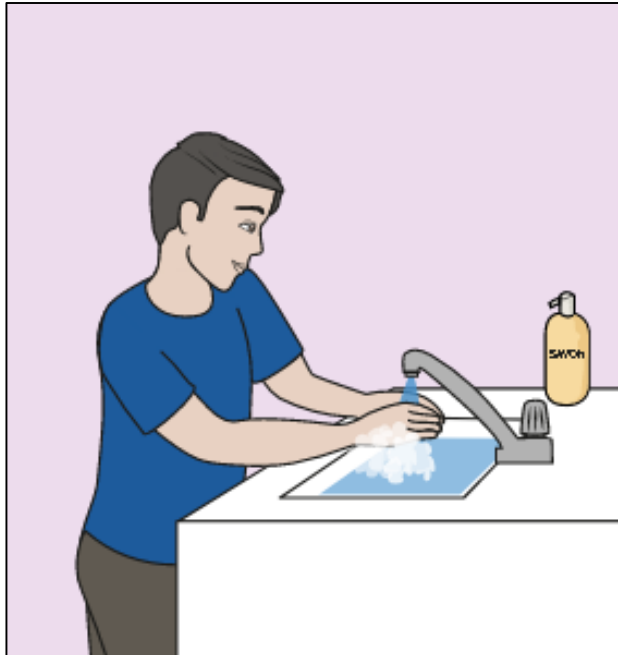
Avec quoi se laver les mains?





Avec quoi se laver les mains ?

On se lave les mains avec de l'eau et du savon.

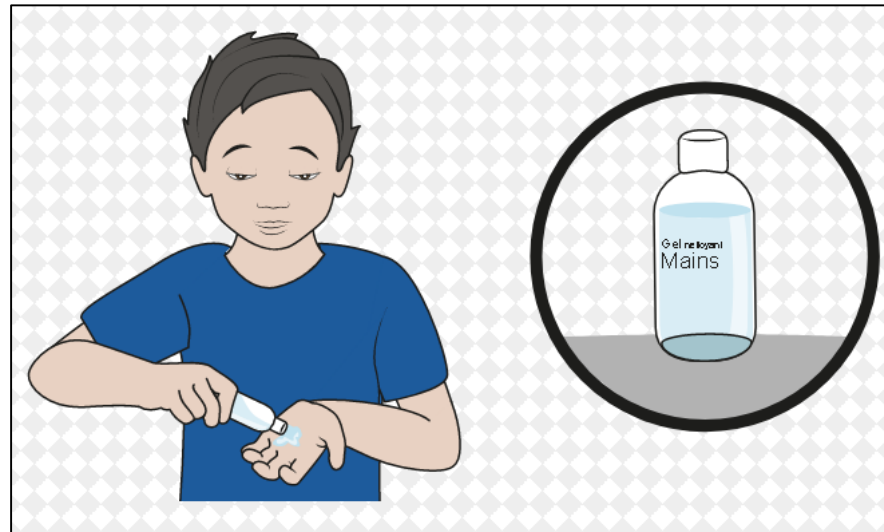




Avec quoi se laver les mains ?

On peut se laver les mains avec du Gel Hydroalcoolique,

Si on pas de lavabo à côté de nous.



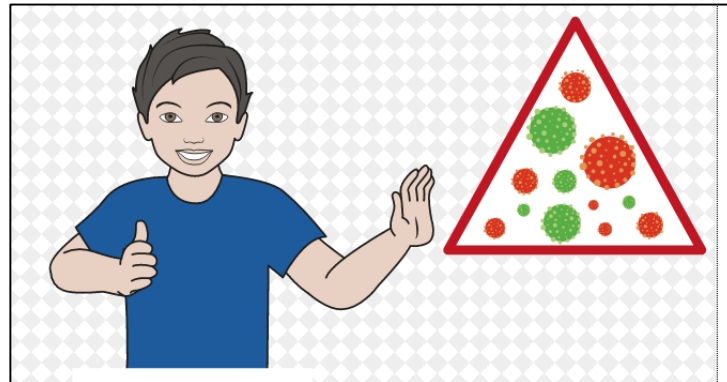


Pourquoi se laver les mains ?

Se laver les mains permet de ne pas attraper de microbes,

De ne pas attraper de virus,

Comme la grippe, la gastroentérite ou la Covid.





Démonstration de la boîte à coucou





On voit que le lavage des mains
n'a pas été bien fait.

La paume de la main est bien blanche, donc bien frottée.

Le dessus de la main et les poignets ne sont pas blancs,
elles ne sont pas bien lavées.



On voit que le lavage des mains a bien été fait.

Au dessus des mains,
Entre les doigts,
Les pouces, puis chaque doigts,
Puis le creux de la main et les poignets.

Tout est bien blanc, donc bien lavés.



Merci pour votre attention