

Les Gestes Barrières

Bien se laver ses mains

Lave-toi les mains le plus souvent possible
et barre la route aux microbes !



Mouille-toi les mains avec
de l'eau tiède et mets du savon



Frotte tes mains paume
contre paume



Frotte entre les doigts et
n'oublie pas les ongles



Frotte bien tes pousses



Frotte aussi le dos de
tes mains

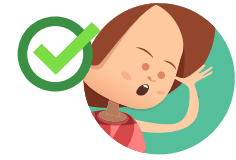
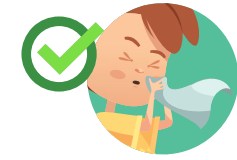


Enfin n'oublie pas tes poignets,
ils sont aussi à laver !



Mais aussi !

- Partage ta routine avec tes amis et ta famille.
- Assure-toi que tes frères et soeurs font les bons gestes.
- Lave-toi les mains le plus souvent possible.
- Évite de te toucher le visage avec tes mains.
- Éternue dans ton coude ou dans un mouchoir.
- Tousse dans ton coude, ou protège ta bouche.



Sèche-toi les mains avec une serviette propre !

Diplôme de champion

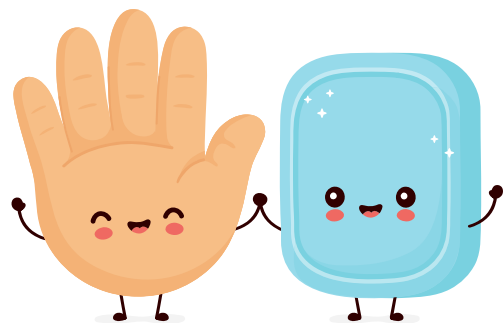


Nom : _____

Tu es officiellement



**UN CHAMPION DES
GESTES BARRIÈRES**



Bravo, tu as tout compris !
Tu sais à présent te protéger au
mieux des microbes et transmettre
les gestes que tu connais aux autres !