



100 mots

Pour se laver les mains et rester en bonne santé.

Etape 1 je mets mes mains sous l'eau,

Etape 2 je prends du savon,

Etape 3 je frotte mes paumes de mains,

Etape 4 je frotte le dos de mes mains,

Etape 5 je frotte entre mes doigts,

Etape 6 je frotte mes pouces,

Etape 7 je frotte mes ongles,

Etape 8 je frotte mes poignets,

Etape 9 je rince mes mains.

Etape 10 je sèche bien !



Le savon est le plus efficace, sinon le gel hydroalcoolique s'il n'y a pas de point d'eau à proximité.