



@ canada.ca/le-coronavirus

ÉVITEZ LA PROPAGATION DE COVID-19. LAVEZ VOS MAINS.

@ canada.ca/coronavirus

REDUCE THE SPREAD OF COVID-19. WASH YOUR HANDS.

1  **Mouillez-vous les mains avec de l'eau tiède**
Wet hands with warm water

2  **Appliquez du savon**
Apply soap

3  **Pendant au moins 20 secondes, assurez vous de laver :**
For at least 20 seconds, make sure to wash:

-  la paume et le dos de chaque main
palm and back of each hand
-  entre vos doigts
between fingers
-  sous les ongles
under nails
-  les pouces
thumbs

4  **Rincez-vous bien les mains**
Rinse well

5  **Séchez-vous bien les mains avec un essuie-tout**
Dry hands well with paper towel

6  **Fermez le robinet à l'aide d'un essuie-tout**
Turn off tap using paper towel

1-833-784-4397

phac.info.aspc@canada.ca