



COMME LE SUPER-HÉROS, UTILISE TES  
**SUPER-POUVOIRS**  
POUR TE PROTÉGER ET PROTÉGER  
LES AUTRES

**SUPER  
POUVOIR**

# SE LAVÉR DES MAINS

BIEN FROTTER EN COMPTANT JUSQU'À

**30**



À TOI  
DE JOUER !

1.. 2..



Mouille tes mains

3..



Prends du savon

4.. 5.. 6..



Frotte tes mains  
l'une contre l'autre

7.. 8.. 9..



...le dessus de  
chaque main

10.. 11.. 12..



...entre tes doigts

13.. 14.. 15..



...le bout des doigts  
et les ongles

16.. 17.. 18..



Lave tes pouces

19.. 20.. 21..



...les côtés  
de tes mains

22.. 23.. 24..



...tes poignets

25.. 26.. 27..



Rince tes mains  
avec de l'eau

28.. 29..



Essuie bien tes mains

**30**

TES MAINS SONT BIEN PROPRES !

REJOUE À TE LAVÉR LES MAINS  
AU MINIMUM 6 FOIS PAR JOUR

Surtout, avant et après avoir mangé, après être allé aux toilettes,  
dès qu'elles sont sales, avant la classe ou en rentrant à la maison ...

Bravo !  
Tu n'as plus  
qu'à fermer le  
robinet sans  
le toucher  
directement



avec l'essuie-main par exemple

