06 35 45 35 61
contact@hpa-solutions.fr

Lavage des mains

À afficher au-dessus de chaque lave-mains. Le geste le plus répété de la cuisine, et le plus souvent mal exécuté.



Frotter vingt secondes : paumes, dos des mains, entre les doigts, pouces, ongles et poignets.

Quand se laver les mains

- En arrivant en cuisine et après chaque pause.
- Après être allé aux toilettes.
- Après avoir manipulé des denrées crues — viande, poisson, œufs, légumes terreux.
- Après avoir touché les déchets, le sol, un carton, un téléphone.
- Après s'être mouché, avoir toussé ou touché son visage ou ses cheveux.
- Avant de manipuler des produits prêts à consommer.
- Après chaque changement de poste ou de tâche.

Comment procéder — trente secondes

	Étape	Durée
1	Mouiller les mains à l'eau tiède	5 s
2	Appliquer le savon désinfectant	5 s
3	Frotter paumes, dos des mains, entre les doigts, pouces, bouts des doigts et poignets	20 s
4	Rincer abondamment	10 s
5	Sécher avec un essuie-mains à usage unique	10 s
6	Fermer le robinet avec l'essuie-mains si la commande est manuelle	—

Les gants ne dispensent pas du lavage. Ils se changent aussi souvent qu'on se laverait les mains. Un gant porté toute la matinée est plus contaminant qu'une main lavée régulièrement.

Vérifier plutôt que supposer. Un prélèvement sur les mains après lavage objective ce que personne n'observe. Présenté comme un outil pédagogique, il change les habitudes durablement.

formation-hygiene-restaurant.fr/ressources-gratuites

Document gratuit — à adapter à votre établissement. Ne remplace pas le guide de bonnes pratiques d'hygiène officiel de votre secteur.