

## Mission 1 : « SE LAVER LES MAINS »

**Objectif :** Effectuer un lavage simple des mains en respectant les règles d'organisation, d'hygiène, de sécurité, d'ergonomie et d'économie.


Matériel - Equipement




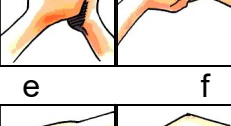
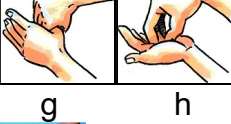
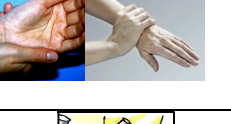


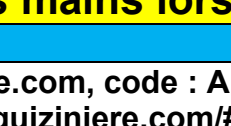
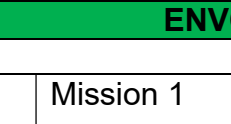
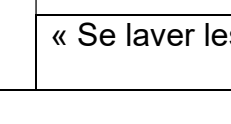


Produit - Consommable

Poste de lavage des mains, pendule à trotteuse

Savon doux, Essuie-mains

Organisation du poste de travail

N°	Légende	Illustration
1	Lave-mains hygiénique à commande à pied	
2	Distributeur de savon doux	
3	Essuie main à usage unique	
4	Poubelle à commande non manuelle	

Succession des opérations	Illustration	Exigence
Respecter les règles de base	 	<p>Mettre sa tenue professionnelle complète et correcte</p> <p>Avoir les cheveux attachés</p> <p>Avoir les mains et avant-bras nus : sans bijoux, ongles courts, sans vernis</p>
Laver les mains	        	<p>1. Mouiller les mains et poignets en ouvrant le robinet avec le pied ou la jambe</p> <p>2. Appliquer une dose de savon en actionnant la pompe avec le coude</p> <p>3. Savonner (action mécanique par frottement) pendant 20 secondes :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a. paume contre paume</li> <li>b. paume de la main droite sur le dos de la main gauche et inversement</li> <li>c. paume contre paume avec les doigts entrelacés (espaces interdigitaux)</li> <li>d. dos des doigts contre la paume opposée avec les doigts emboîtés et inversement</li> <li>e. friction circulaire du pouce droit puis du pouce gauche</li> <li>f. friction des ongles en rotation avec les doigts joints dans la paume de la main et inversement</li> <li>g. friction des bords cubitaux</li> <li>h. friction des poignets avec des mouvements circulaires</li> </ul>
Rincer		<p>Ouvrir le robinet sans le toucher des mains</p> <p>Rincer pendant 20 secondes</p> <p>Rincer des mains vers les poignets</p>
Sécher les mains		<p>Tamponner les mains</p> <p>Sécher correctement des doigts vers les poignets</p> <p>Utiliser une feuille par main</p> <p>Jetter le papier sans toucher la poubelle</p>


**Filmer tes mains lors de la réalisation d'un lavage simple des mains.**

**S'AUTO-EVALUER - EVALUER**

Sur [quiziniere.com](https://www.quiziniere.com), code : ANNWKZ

<https://www.quiziniere.com/#/Exercice/ANNWKZ>

**ENVOYER TA VIDEO VIA « WE TRANSFER »**

	Mission 1	Nom :	ASSP	1/1
	« Se laver les mains »	Prénom :		