

When Should I Wash My Hands? Quand devrais-je me laver les mains?



After being in a public place
or outdoors.
Après avoir été dans un lieu
public ou à l'extérieur.



After coughing, sneezing
or blowing your nose.
Après avoir toussé, éternué
ou vous être mouché.



Before preparing or eating food.
Avant de préparer ou de manger
des aliments.



After touching animals.
Après avoir touché des animaux.



Wash your hands with soap and water
for at least 15 seconds, or use
hand sanitizer.

Lavez-vous les mains avec de l'eau
et du savon pendant au moins
15 secondes ou utilisez un
désinfectant pour les mains.



After visiting the washroom.
Après avoir été aux toilettes.



Before and after visiting with
people who are sick.
Avant de rendre visite à des
personnes malades et après.

**Ottawa's health
is in your hands**
**La santé d'Ottawa
est entre vos mains**



Before and after changing
contact lenses.
Avant de changer vos verres de
contact et après.