Je me lave les mains

J’ouvre le robinet et je me mouille les mains.

Je ferme le robinet et je prends du savon.

Je frotte mes mains l’une contre l’autre.

Je frotte entre mes doigts.

Je frotte le dessus de mes deux mains.

Je frotte entre les doigts de chaque main.

Je frotte mes deux pouces et je tourne.

Je frotte mes deux poignées et je tourne.

Je serre et desserre le bout de mes doigts.

J’ouvre le robinet et je me rince les mains.

Je m’essuie les mains avec une serviette.

Je ferme le robinet avec la serviette.

Ce document a été réalisé par SantéBD de l’association Coactis Sante avec le soutien de santé publique France et avec l’expertise du Conseil National Consultatif des Personnes Handicapées pour le Secrétariat d’Etat des Personnes Handicapées.