

# UN GUIDE D'HYGIÈNE PERSONNELLE



**CANADAGAP**<sup>®</sup>

Programme CanadaGAP  
245, place Menten, bureau 312  
Ottawa (Ontario) • K2H 9E8  
Tél. : (613) 829-4711 • Téléc. : (613) 829-9379  
info@canadagap.ca • www.canadagap.ca

## À QUEL MOMENT DOIT-ON SE LAVER LES MAINS?



- Avant de manipuler les fruits et les légumes
- Après être allé à la toilette
- Après une pause, une cigarette ou un repas
- Après un contact main-visage (après avoir toussé, éternué, s'être mouché, etc.)
- Après l'application de chasse-moustiques ou d'écran solaire
- Après la manipulation d'objets ou de matériaux autres que les fruits et les légumes (poubelles, fournitures de nettoyage ou d'entretien, etc.)

## COMMENT SE LAVER LES MAINS

- Utiliser des lingettes ET un ou deux jets de lotion désinfectante sans eau à base d'alcool.

### OU

- Laver ses mains avec de l'eau potable et du savon (bien frotter les mains pendant 20 secondes), puis les essuyer avec une serviette de papier.

### OU

- Laver ses mains avec de l'eau non potable, les sécher avec une serviette de papier et utiliser de la lotion désinfectante.

## BONNES PRATIQUES D'HYGIÈNE



- Utiliser les installations sanitaires disponibles.
- Éliminer les déchets et les matières recyclables dans les contenants appropriés.
- Manger, boire et fumer dans les endroits prévus à cette fin.
- Rapporter toute maladie (vomissement, diarrhée, etc.) à son superviseur.
- Ne pas porter des bijoux.

## UTILISATION DES GANTS



- Ne pas considérer les gants comme un substitut au lavage des mains.
- Se laver les mains avant de mettre des gants
- Enlever ses gants en quittant son poste de travail
- Laver les gants réutilisables avant de commencer à travailler, lors des changements de tâches ou à la suite d'un contact avec quelque chose qui pourrait contaminer les fruits et légumes
- Couvrir toute coupure ou plaie à l'aide d'un bandage recouvert d'un gant imperméable.