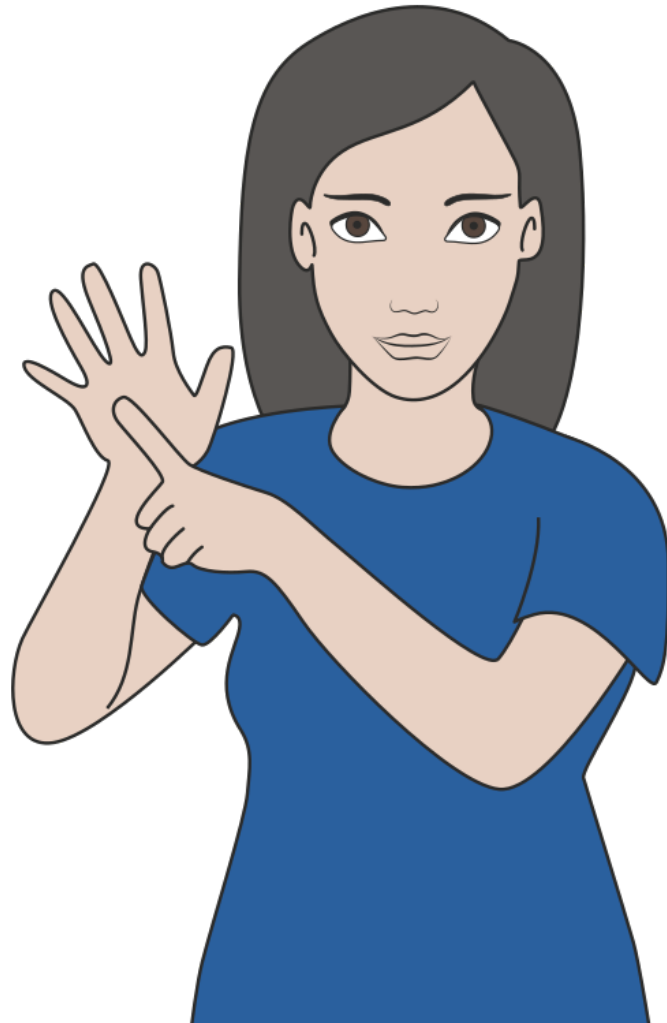


L'hygiène des mains : deux tutoriels pour le lavage des mains



L'hygiène des mains

Le 5 mai est la date retenue par l'OMS pour promouvoir et améliorer l'hygiène des mains.

En cette période de pandémie de covid-19, l'accent a été mis sur les gestes barrières, que ce soit le port du masque, la distanciation sociale et bien sur le lavage des mains.

Petit rappel : le lavage des mains permet de lutter contre le manuportage, c'est-à-dire la transmission du virus par le contact des mains.

Le covid 19 se transmet par gouttelettes, par exemple lorsque l'on porte le virus sur ses mains et que l'on touche son nez, sa bouche ou ses yeux.

L'hygiène des mains peut se faire avec un lavage au savon ou avec une solution hydro alcoolique.

Quel rapport avec l'autisme ? Il peut être plus difficile pour certaines personnes autistes de s'approprier les gestes barrières et notamment l'hygiène des mains. Pour faciliter l'apprentissage, on peut décomposer l'ensemble de l'action en plusieurs sous étapes afin de faciliter l'appropriation et la compréhension de chacune d'elles.

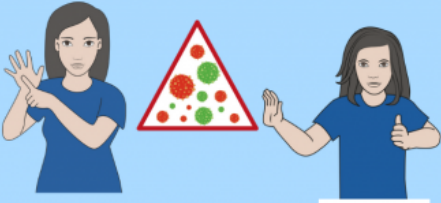
Le lavage des mains doit à minima être effectué après être allé aux toilettes, avant de manger et après s'être mouché. Il est conseillé de renforcer le lavage des mains en cette période de pandémie.

Vous trouverez ci-dessous deux infographies sur le lavage des mains qui pourront vous servir de support pour l'apprentissage des gestes barrières avec les personnes autistes, mais aussi pour toute personne ayant des difficultés de compréhension ou même pour les enfants plus jeunes qui sont en apprentissage de ce geste.

Merci au site SantéBD qui met à disposition gratuitement une banque d'images libres de droit qui peuvent être réutilisées pour créer des supports et qui concernent différentes spécialités médicales.

Vous pouvez télécharger ici le support du lavage de mains au savon


Pourquoi ?




Je me lave les mains
Pour me protéger contre les virus

Je me lave les mains au savon


Comment ?




J'ouvre le robinet et mets de l'eau sur mes mains




Je mets du savon sur mes mains




Je frotte mes mains à l'intérieur




Je frotte le dessus de mes mains




Je frotte entre mes doigts




J'enlève le savon de mes mains



J'essuie mes mains avec une serviette





Je ferme le robinet





Je me lave les mains trente secondes. Je peux chanter une petite chanson pour compter le temps



Quand ?

Après être allé aux toilettes

Après m'être mouché

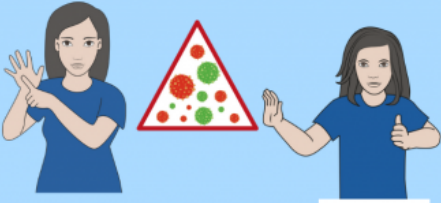



Avant de manger

comprendrel'autisme.com avec les dessins de @CoActis Santé

Vous pouvez télécharger ici le support du lavage de main à la solution hydro alcoolique


Pourquoi ?



Je me lave les mains Pour me protéger contre les virus

Je me lave les mains avec du produit


Comment ?



Je mets du produit sur mes mains




Je frotte mes mains à l'intérieur



Je frotte le dessus de mes mains




Je frotte entre mes doigts




Je frotte mes mains pendant 15 secondes jusqu'à ce qu'elles ne soient plus mouillées par le produit





Si j'ai les mains sèches je mets de la crème



comprendrel'autisme.com avec les dessins de @CoActis Santé

J'ai utilisé le terme « produit » dans le tutoriel car celui de « solution hydro alcoolique » est un peu compliqué à comprendre.

Le lien vers ces documents sur Pinterest.

C'est toujours difficile de créer des supports qui s'adaptent à différents niveaux, il y a la possibilité de simplifier en retirant des étapes pour les personnes qui auraient plus de difficultés.