

Se laver les mains au savon :

la meilleure manière de se protéger du coronavirus

Wash'Em

La propagation du coronavirus (COVID-19) dans le monde entier a entraîné la diffusion par les autorités publiques et les médias traditionnels de messages incitant les gens à se laver les mains au savon aussi souvent que possible. La simple action de se laver les mains au savon reste notre meilleure défense face au coronavirus, à d'autres pathogènes responsables d'épidémies et aux tueurs les plus courants dans le monde, à savoir les maladies diarrhéiques et les infections respiratoires. Cependant, le taux de lavage des mains aux moments critiques (par exemple après avoir utilisé les toilettes ou avant de manger) reste inférieur à 20 % en moyenne dans le monde.

Ce guide vous apporte des conseils pratiques pour inciter les gens à se laver les mains dans les communautés, dans le but de contrôler et limiter la propagation du coronavirus. Ce guide n'est pas un dossier technique sur le COVID-19. Vous pourrez trouver des informations détaillées à ce sujet auprès de sources fiables telles que les [CDC](#) (Centres pour le contrôle et la prévention des maladies) ou l'[OMS](#). Si vous travaillez dans le domaine de l'eau, l'assainissement et l'hygiène, nous vous recommandons aussi de lire [ce guide technique](#).

Comment changer les comportements en matière de lavage des mains :

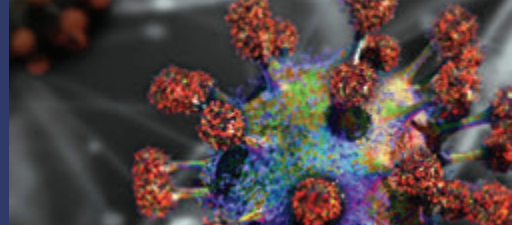
- Globalement, la majorité des gens connaissent les avantages de se laver les mains. Malgré cela, les gens dans le monde entier oublient parfois le lavage des mains au savon, ou ne le considèrent pas comme prioritaire. Pour changer réellement les comportements, il ne suffit pas de faire de l'éducation à l'hygiène.
- Parfois, les gens ne se lavent pas les mains car cela n'est pas commode, ou qu'ils ont d'autres priorités. C'est pourquoi, pour changer les comportements en matière de lavage des mains, nous devons créer un environnement favorable, établir des normes sociales positives et faire en sorte que les gens trouvent agréable de se laver les mains.
- Au cours d'une épidémie, les gens commencent généralement à se laver les mains plus fréquemment et plus soigneusement. En effet, ils se considèrent plus vulnérables face à la maladie qu'en temps normal. Notre travail consiste à soutenir cet instinct naturel sans créer de peurs inutiles, et à faire en sorte que le lavage des mains devienne habituel et le reste après la fin de l'épidémie.



Qu'est-ce que l'outil Wash'Em et quel est son rapport avec le coronavirus ?

Wash'Em procure aux organisations humanitaires un moyen de concevoir des programmes d'hygiène rapides, basés sur des preuves et adaptés à leurs contextes. Le processus Wash'Em associe 5 outils d'évaluation rapides pour comprendre les facteurs déterminants du lavage des mains à un logiciel qui aide les travailleurs humanitaires à identifier des activités de promotion de l'hygiène contextualisées. A ce jour, Wash'Em a été utilisé par 45 ONG au cours de 34 urgences humanitaires. A chaque fois, Wash'Em a aidé à concevoir des programmes de lavage des mains en seulement une semaine.

Wash'Em a notamment été utilisé pendant la phase aiguë d'épidémies de choléra et pour la prévention contre Ebola. Wash'Em est aussi une ressource utile pour la promotion de l'hygiène dans le contexte lié au coronavirus, car il comporte 80 activités faciles à mettre en œuvre qui peuvent être utilisées pour encourager le lavage des mains dans des régions du monde où le coronavirus se propage.



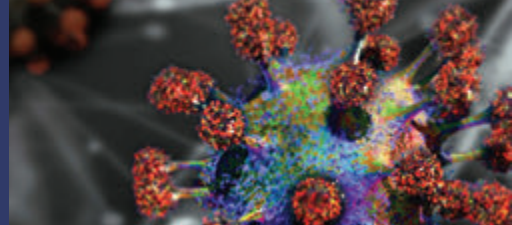
Recommandations relatives à une intervention rapide :

les activités ci-dessous sont conçues pour être utilisées dès le mois de mars 2020 pour le contrôle et la prévention du coronavirus. Elles ont été choisies car elles sont rapides, faciles et peu coûteuses.

- 1 Faciliter le lavage des mains en mettant à disposition des installations de lavage des mains, du savon et de l'eau** Saviez-vous que la présence d'installations de lavage des mains pouvait inciter 60 % des gens à se laver mains ? Mettez l'accent sur la mise en place d'installations de lavage des mains bien visibles. Les meilleurs endroits sont à l'entrée des bâtiments, dans les lieux de rassemblement (tels que les marchés et les arrêts de bus) et là où le lavage des mains est le plus nécessaire (à l'extérieur des toilettes et là où les gens mangent). Lisez notre [guide](#) sur la conception d'installations de lavage des mains qui soient réellement susceptibles de changer les comportements.
- 2 Racontez des expériences vécues liées au coronavirus.** L'apparition d'une nouvelle maladie crée beaucoup de peur. Il est normal d'être inquiet à propos d'une épidémie telle que le coronavirus, mais la peur peut avoir des conséquences imprévisibles et dangereuses. Nous vous conseillons de vous associer aux autorités sanitaires pour poser des questions à des personnes qui ont été exposées au virus et qui ont guéri. En partageant les expériences de ces personnes (avec leur accord), vous aiderez les gens à mieux comprendre le COVID-19. Si ces personnes insistent sur l'importance du lavage des mains au savon, cela aura probablement plus de chances de convaincre les autres et de changer leurs comportements. Découvrez comment faire cette activité [ici](#).
- 3 Créez des messages surprenants en faveur du lavage des mains.** Disposer des messages (par exemple sur des affiches) dans des endroits particulièrement importants peut aider à rappeler aux gens de se laver les mains aux moments critiques. Cependant, si ces affiches restent telles quelles, les gens vont finir par ne plus y prêter attention et elles perdront leur utilité. Le fait de reformuler régulièrement le message pour inciter à se laver les mains va permettre de continuer à capter l'attention des gens. Bien que le COVID-19 soit une maladie grave, notre discours sur le lavage des mains peut tout de même être original et drôle. Vous trouverez plus de renseignements sur cette activité [ici](#) ainsi que des exemples de messages d'hygiène qui peuvent être affichés à tour de rôle.
- 4 Rappelez aux gens le pouvoir du savon !** Le savon existe depuis environ 2800 av. J-C, donc il est facile d'oublier à quel point c'est un produit miraculeux. Dans la plupart des pays, les gens se lavent souvent les mains uniquement à l'eau, mais sans savon, le lavage des mains ne permet pas d'avoir les mains réellement propres. Wash'Em propose plusieurs activités amusantes pour montrer le pouvoir du savon. Vous n'avez besoin que de quelques accessoires basiques tels que du poivre, des paillettes, de la vaseline et de l'eau. Regardez ces vidéos et essayez-les lors de vos prochaines visites dans des communautés, des bureaux ou des écoles. Faites attention à bien mesurer les risques avant de vous déplacer physiquement dans les secteurs où vous travaillez. Si le risque est élevé, vous pouvez aussi partager ces activités sur les réseaux sociaux pour que les gens puissent les essayer chez eux.

- [Éloignez-vous des microbes](#)
- [Les mains couvertes de paillettes](#)





5 Normalisez et fêtez le lavage des mains. Pour contrôler une épidémie telle que le coronavirus, il est nécessaire que toute la communauté joue le jeu et se lave les mains régulièrement. Si l'on récompense les gens lorsqu'ils agissent correctement, on les incite à recommencer jusqu'à ce que ce comportement devienne une habitude pour eux. Si vous travaillez dans des communautés où l'on utilise couramment les réseaux sociaux, prenez des photos de gens qui se lavent les mains au savon et félicitez-les d'agir correctement. Si les gens utilisent peu les réseaux sociaux là où vous travaillez, vous pouvez à la place envisager d'installer un mur des champions dans un lieu public sur lequel vous afficherez des photos similaires. Découvrez plus en détails comment mener ces activités en suivant ces liens.

- [Reconnaisances sur les réseaux sociaux](#)
- [Mur de reconnaissance](#)

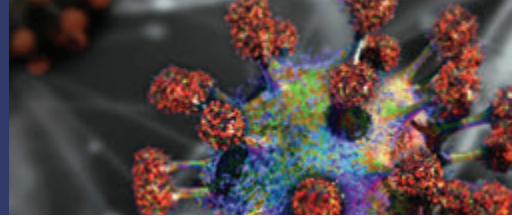
Un approche à plus long terme (à utiliser si le COVID-19 continue à se propager)

Les activités ci-dessus ont pour but de donner des idées à court terme pour promouvoir le lavage des mains au savon dans les pays où le coronavirus se propage. Si le coronavirus continue à se propager, les responsables de programmes de promotion de l'hygiène devront changer leurs approches au cours des prochains mois. En effet, le changement des comportements est un sujet complexe, et il est souvent nécessaire d'inclure des activités variées qui vont toucher les gens par différents moyens afin d'entretenir les bons comportements. A partir d'avril 2020, il pourra être utile de mettre au point une réponse contextualisée et à plus long terme à l'épidémie de COVID-19. Pour cela, nous suggérons d'utiliser le processus Wash'Em. Pour en savoir plus sur Wash'Em, consultez notre [site Internet](#) utilisez le [logiciel](#). Vous pouvez ici télécharger les outils d'évaluation rapide et le module de formation ou regarder nos vidéos explicatives. Vous pouvez aussi utiliser le logiciel pour générer des activités supplémentaires pour votre programme de lavage des mains.

Les 5 outils d'évaluation rapide du processus Wash'Em peuvent être facilement adaptés pour la prévention du COVID-19.

- **Outil de démonstration du lavage des mains** - utiliser conformément au guide
- **Perception des maladies** - l'étude de cas qui figure dans le guide porte sur la diarrhée. Pour l'adapter, remplacer chaque occurrence du mot "diarrhée" par "coronavirus".
- **Motivations** - utiliser conformément au guide. Si vous n'avez pas suffisamment de temps pour faire tous les outils d'évaluation rapide, vous pouvez abandonner l'outil des motivations.
- **Histoires personnelles** - utilisez la feuille d'activités conçue pour la prévention des épidémies. Adaptez la deuxième colonne pour demander aux participants de décrire ce qu'il se passera s'ils attrapent le coronavirus.
- **Points de contact** - utiliser conformément au guide.





Données sur le lavage des mains :

- 80 % des microbes sont transmis par les mains. En fait, à tout moment, nous avons environ 3 200 microbes sur nos mains (dont la plupart ne nous font pas mal).
- Les mains peuvent facilement être recontaminées. Une heure après avoir été lavées avec du savon, les mains sont généralement aussi contaminées qu'avant d'avoir été lavées. Cela signifie qu'il est important de se laver les mains aussi souvent que possible.
- Les virus sont bien plus petits que les bactéries et sont généralement plus difficiles à retirer des mains. Cela signifie qu'il est important de se laver les mains à fond (pendant environ 20 secondes). Pour cela, il faut créer une agréable couche savonneuse, bien frotter toute la surface de ses mains puis rincer complètement le savon. Se sécher les mains aide aussi à retirer tous les microbes qui peuvent rester.
- Du gel pour les mains à base d'alcool peut être utilisé lorsque vous n'avez pas accès facilement à de l'eau et du savon.



Wash'Em

