

Eternuer

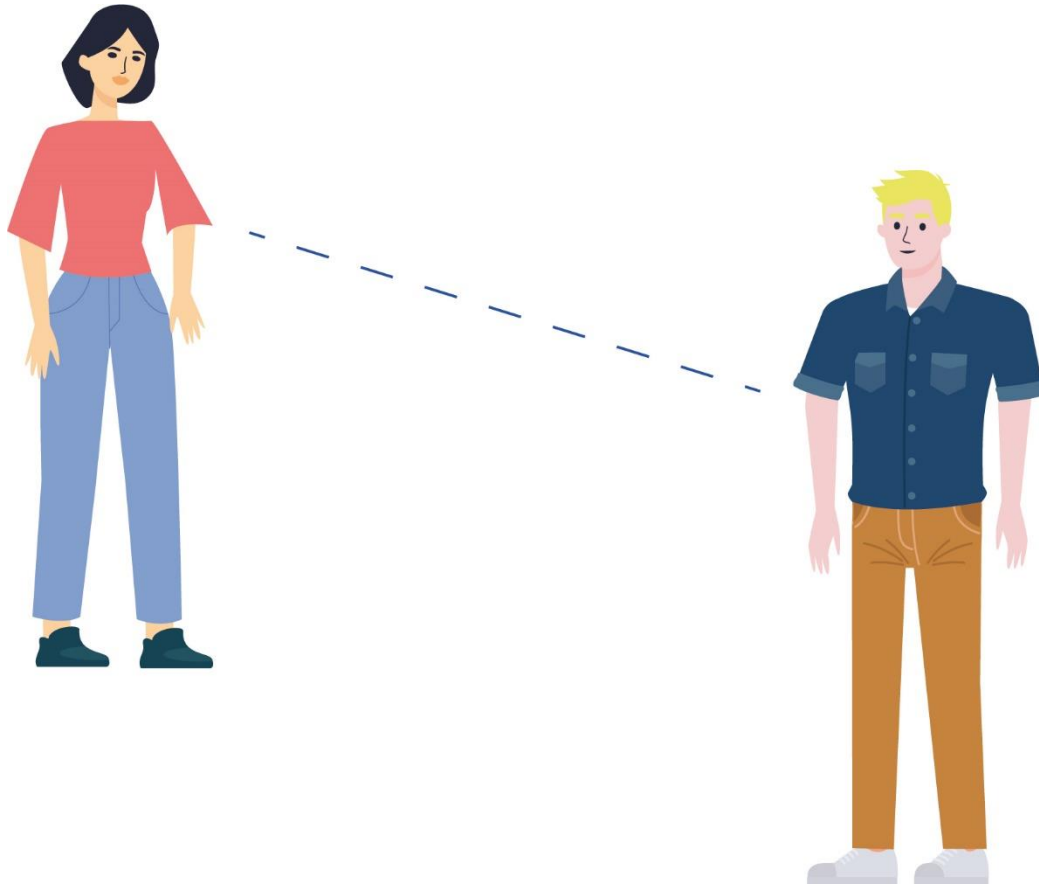


Eternuez dans le creux de votre coude ou dans le haut de votre manche.



Éternuez dans un mouchoir. Placez le mouchoir usagé dans une poubelle couverte. Lavez-vous les mains avec du savon.

Distance sociale/physique



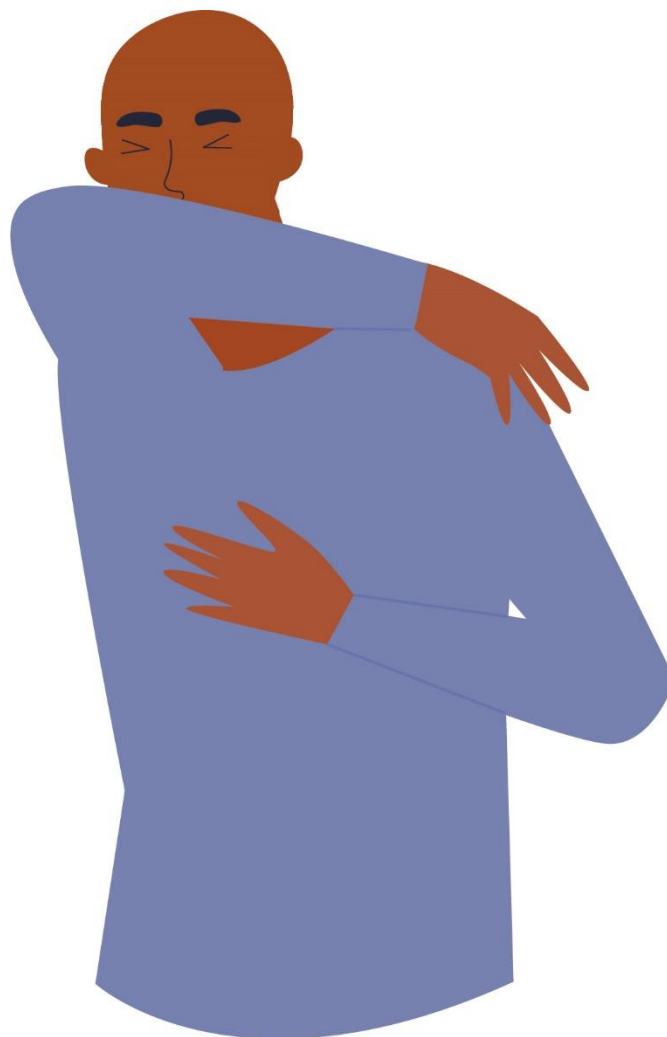
Gardez au moins 1 mètre de distance avec les autres. Ne serrez pas la main, n'embrassez pas et ne vous tenez pas trop près d'autres personnes dont le statut COVID est inconnu.

Cracher



Crachez dans un mouchoir à usage unique et jetez le tout dans une poubelle couverte. Lavez-vous les mains avec du savon.

Tousser



Toussez dans le creux de votre coude ou
dans le haut de votre manche.

Se laver les mains



Se laver les mains avec du savon pendant 20 secondes.

Séchez-vous les mains avec une serviette.

Moments critiques du lavage des mains



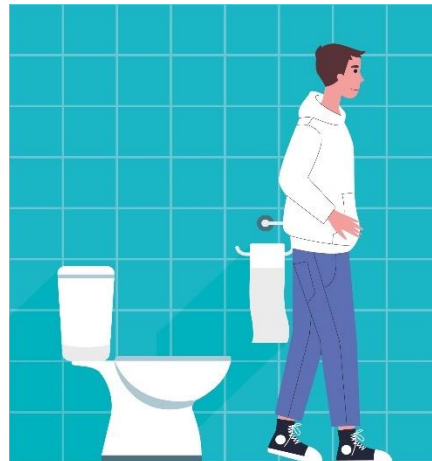
Avant de préparer sa
nourriture
Avant de manger



Après avoir éternué ou
s'être mouché dans un
mouchoir.



Après avoir soigné une
personne malade



Après l'utilisation des
toilettes

Après avoir été à l'extérieur

