



COUVREZ VOTRE TOUX

Freinez la propagation des microbes qui peuvent vous rendre malade et infecter les autres!

Couvrez votre bouche et votre nez avec un mouchoir lorsque vous toussiez ou éternuez. Jetez votre mouchoir utilisé dans une poubelle.

Si vous n'avez pas de mouchoir, toussiez ou éternuez dans le haut de votre manche ou le creux de votre bras, et non dans vos mains.



On pourrait vous demander de porter un masque facial afin de protéger les autres.



Lavez-vous les mains fréquemment avec du savon et de l'eau tiède pendant 15 secondes. Si vous n'avez pas accès à de l'eau et à du savon, utilisez du désinfectant pour les mains à base d'alcool.

