

REGLES DE BASE CONTRE LE CORONAVIRUS

Se laver régulièrement les mains à l'eau et au savon
ou avec une solution hydroalcoolique.

Se sécher les mains avec du papier à usage unique

Eviter de se toucher le visage et en particulier le nez et la bouche

Utiliser des mouchoirs jetables

Tousser et éternuer dans son coude

Ne pas se serrer les mains, s'embrasser, ni d'accolade pour se saluer

Respecter la distanciation physique d'au moins 1 mètre
et à défaut porter un masque

Aérer régulièrement les pièces fermées,
au moins toutes les 3 heures

Désinfecter régulièrement tous les objets et surfaces utilisés

Eviter de porter des gants. A défaut ils sont à usage unique

Contrôler régulièrement votre température
en cas de sensation de fièvre

Rester chez soi en cas de symptômes attribués au COVID19
(toux-température-perte de goût...)
et appeler votre médecin traitant



Se laver régulièrement les
mains ou utiliser une
solution hydro-alcoolique



Tousser ou éternuer dans
son coude ou dans son
mouchoir



Se moucher dans un
mouchoir à usage unique
puis le jeter



Éviter de se toucher le
visage



Respecter une distance d'au
moins un mètre avec les
autres



Saluer sans serrer la main et
arrêter les embrassades