

CORONAVIRUS – RECOMMANDATIONS

Lave – toi régulièrement les mains avec du savon ou avec un gel hydro-alcoolique

évite tout contact physique rapproché et maintiens une distance d'au moins 1 mètre avec les autres personnes

évite les lieux surpeuplés

évite de te toucher les yeux, le nez et la bouche avec les mains

évite de serrer la main et de serrer les personnes dans tes bras jusqu'à la fin de l'épidémie

couvre- toi le nez et la bouche quand tu éternues ou quand tu tousses ou tousses dans le creux de ton coude

si tu as des symptômes de la grippe (fièvre, toux, mal à la gorge, souffle court, douleurs musculaires, fatigue) reste chez toi, ne va pas chez le médecin, ni aux urgences mais appelle ton docteur ou les numéros gratuits 1500 ou 800118800