



COVID -19

# CORONAVIRUS, POUR VOUS PROTÉGER ET PROTÉGER LES AUTRES

## Adoptez les 10 gestes barrière



Lavez-vous très régulièrement les mains, toutes les heures avec de l'eau et du savon ou utilisez une solution hydro-alcoolique.



Évitez de serrer la main et de faire la bise.



Couvrez-vous la bouche et le nez avec un mouchoir en cas d'éternuement.



Ne prêtez pas les objets de la vie quotidienne (brosse à dents, téléphone...). Ne partagez pas la nourriture, les couverts, les ustensiles de cuisine.



Utilisez un mouchoir à usage unique, jetez-le dans une poubelle fermée et lavez-vous les mains.



Nettoyez régulièrement les objets et appareils que vous touchez (téléphone, poignée de porte).



Sans mouchoir, tousssez ou éternuez dans le pli du coude (pas dans vos mains).



Maintenez une distance d'au moins un mètre avec les autres personnes qui toussent ou qui éternuent.



Évitez de vous toucher le visage, le nez, les yeux et la bouche. Ce sont des portes d'entrée pour les virus et nos mains leurs transports en commun.



Restez chez vous si vous ne vous sentez pas bien. En cas de fièvre, de toux et de difficultés respiratoires, contactez le SAMU (15).

Vous avez des questions sur le coronavirus ?

GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS  
0 800 130 000 (appel gratuit)

