

# PROTÉGEZ-VOUS ET PROTÉGEZ LES AUTRES DE LA MALADIE

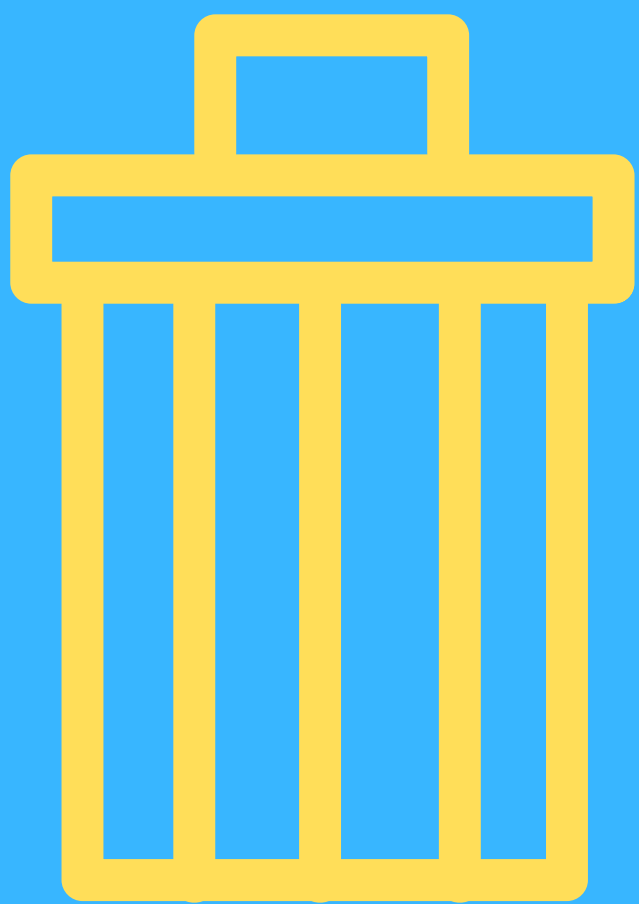
## Lavez les mains



- APRÈS AVOIR TOUSSÉ OU ÉTERNUÉ
- POUR SOIGNER LES MALADES
- AVANT, PENDANT ET APRÈS LA PRÉPARATION DE LA NOURRITURE
- AVANT DE MANGER
- APRÈS UTILISATION DES TOILETTES
- QUAND LES MAINS SONT VISIBLEMENT SALES
- APRÈS AVOIR MANIPULÉ DES ANIMAUX OU DES DÉCHETS ANIMAUX

# PROTÉGEZ LES AUTRES DE TOMBER MALADES

Lorsque vous tousssez et éternuez, **couvrez la bouche et le nez** avec un coude flechi ou un tissu



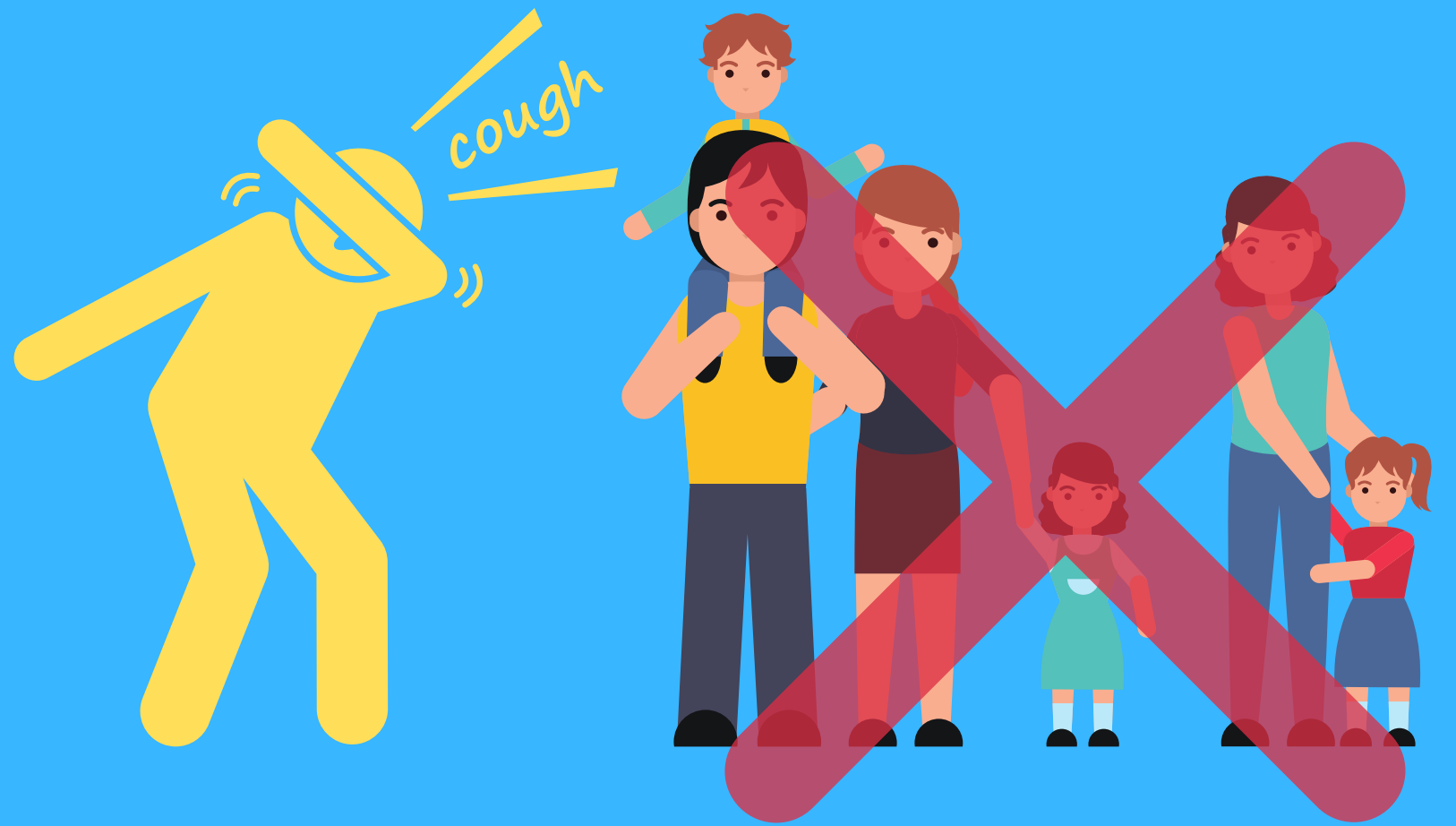
**Jetez le tissu dans le bac fermé immédiatement après**

**Se laver les mains** avec un désinfectant à base d'alcool ou du savon et de l'eau après le coucher ou les éternuements et en soignant les malades



# PROTÉGEZ LES AUTRES DE TOMBER MALADES

Évitez les  
contacts  
étroits lorsque  
vous souffrez de  
toux et de fièvre



Évitez de cracher en public

Si vous avez de la fièvre, de la toux et des difficultés respiratoires, **consultez rapidement un médecin** et partagez vos antécédents de voyage avec vos professionnels de la santé



# Lavez les mains

Lavez les mains avec du savon et quand **les mains sont visiblement sales**



Si vos **mains ne sont pas visiblement sales**, nettoyez-les fréquemment en utilisant un désinfectant pour les mains à base d'alcool ou du savon et de l'eau