

# ***Comment prévenir la propagation du coronavirus, du rhumes, de la grippe et d'autres maladies***

## **Conseil 1**

Gardez vos mains propres à tout moment en les lavant à l'eau et au savon pendant au moins 20 secondes ou utilisez un désinfectant pour les mains à base d'alcool.

## **Conseil 2**

Ne touchez pas votre visage avant de vous être lavé les mains.

## **Conseil 3**

Si vous avez besoin de tousser ou d'éternuer, utilisez un mouchoir et jetez-le immédiatement. Si vous ne disposez pas d'un mouchoir en papier, éternuez ou tousssez dans votre coude.

## **Conseil 4**

Faites-vous vacciner contre la grippe pour éviter d'être contaminé.

## **Conseil 5**

Désinfectez tous les objets et surfaces que vous utilisez ou que vous touchez régulièrement, en particulier votre téléphone portable.