

Rappel des consignes pour éviter toute transmission virale



Se laver
les mains
régulièrement

Se laver les mains régulièrement avec de l'eau et du savon (ou une solution hydro-alcoolique) pendant au moins 30 secondes



Tousser
ou éternuer
dans son
coude

Tousser ou éternuer dans le pli du coude pour éviter de diffuser les virus dans l'air et garder les mains propres



Utiliser
un mouchoir
à usage
unique

Utiliser un mouchoir à usage unique et le jeter directement à la poubelle



Porter
un masque
jetable quand
on est malade

Porter un masque chirurgical dès l'apparition des premiers signes de maladie (fièvre, toux, éternuement) surtout en cas de contact avec des personnes fragiles ou des jeunes enfants

- Eviter de serrer les mains et faire la bise
- Tenir les poubelles fermées autant que possible
- Nettoyer régulièrement les surfaces de contact (poignées de porte, boutons d'ascenseur, main courante ...) Le virus ne vit que 3 heures sur une surface inerte sèche, 6 heures en milieu aqueux.