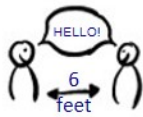


RESTER À
L'INTÉRIEUR



PROFITER D'ESPACES
TRANQUILLES À
L'EXTÉRIEUR



GARDER UNE
DISTANCE DE 2M



PROMENER
MENER VOTRE
CHEN



À FAIRE: RESTER AU
LIT



À FAIRE: REGARDER
LA TÉLÉ



À NE PAS FAIRE:
TRANSPORT COLLECTIF

ÉVITER LES FOULES

QUAND:

- ✓ SI VOUS VOUS SENTEZ MALADE
- ✓ SI VOUS VOUS SENTEZ BIEN JUSQU'À CE QUE L'ÉPIDÉMIE SOIT TERMINÉE DANS VOTRE RÉGION

COMMENT:

- ✓ 'FOULE' SIGNIFIE UN GRAND GROUPE DE PERSONNES
- ✓ 'GRAND' SIGNIFIE QUE VOUS NE POUVEZ PAS GARDER 2M
- ✓ ÉVITER LES POIGNÉES DE MAINS
- ✓ IMPORTANT MÊME SI VOUS ÊTES SANTE

QUAND:

- ✓ FIÈVRE
- ✓ TOUX
- ✓ RESPIRATION DIFFICILE

COMMENT:

- ✓ RESTER À LA MAISON, MÊME QUAND LES SYMPTÔMES ONT DISPARU, JUSQU'À CE
- ✓ APPELER VOTRE MÉDECIN AVANT DE CHERCHER DES SOINS
- ✓ ÉVITER LES ENDROITS PUBLICS ÉCOLE, OU TRAVAIL
- ✓ NE PAS VOYAGER EN TRANSPORT COLLECTIF, TAXI, OR COVOITURAGE
- ✓ PORTER UN MASQUE SI VOUS DEVEZ SORTIR



POIGNÉES DE
PORTE



ROBINETTERIE



SIÈGE DE TOILETTE



INTERRUPTEURS



COMPTOIRS ET
TABLES



TÉLÉPHONES ET
TÉLÉCOMMANDES



DANS UN
MOUCHOIR



DANS VOTRE MANCH
OU COUDE

NETTOYER LES SURFACES UTILISÉES FRÉQUEMMENT

QUAND:

- ✓ UNE FOIS PAR JOUR
- ✓ APRÈS USAGE INTENSIF
- ✓ QUAND UTILISÉ PAR QUELQU'UN DE MALADE

COMMENT:

- ✓ SAVON ET EAU FONT L'AFFAIRE
- ✓ ALCOOL MÉNAGER, SI À PLUS DE 70%
- ✓ EAU DE JAVEL DILUÉE 20 mL PAR 950 mL D'EAU

QUAND:

- ✓ SI VOUS ÊTES MALADE
- ✓ SI VOUS AVEZ DES ALLERGIES
- ✓ SI VOUS CUISINEZ AVEC TROP DE POIVRE

COMMENT:

- ✓ METTRE VOTRE MOUCHOIR JETABLE AUX POUBELLES
- ✓ LAVÉ VOS MAINS IMMÉDIATEMENT

20 SECONDES



CHANTER L'ALPHABET

NETTOYER VOS MAINS SOUVENT

COMMENT:

- ✓ EN ENTRANT DANS UN ÉDIFICE
- ✓ EN ARRIVANT À LA MAISON
- ✓ APRÈS LA SALLE DE BAIN
- ✓ APRÈS AVOIR ÉTÉ DANS UNE FOULE
- ✓ TOUX ET ÉTERNUEMENT
- ✓ EN PRENANT LE BUS, LE TRAIN, LE COVOITURAGE, OU LE MÉTRO
- ✓ AVANT DE MANGER OU CUISINER

HOW:

- ✓ SAVON ET EAU SONT LES MEILLEURS
- ✓ GEN DÉSINFECTANT EST OK
- ✓ LES DEUX CÔTÉS DE VOS MAINS
- ✓ SOUS LES ONGLES
- ✓ ENTRE VOS DOIGTS
- ✓ NE PAS OUBLIER LES POUCE
- ✓ SÈCHER COMPLÈTEMENT

@epiellie
@benjaminlinas
@the_BMC

