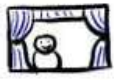


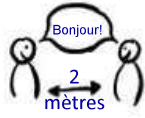
5 ASTUCES CONTRE LE CORONAVIRUS



RESTER À L'INTÉRIEUR



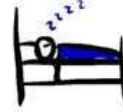
PROFITER D'ESPACES TRANQUILLES À L'EXTÉRIEUR



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 NOMBRE DE PERSONNES
- ✓ 'GRAND' SIGNIFIE QUE VOUS NE POUVEZ PAS GARDER 2 M DE DISTANCE
- ✓ ÉVITER LES POIGNÉES DE MAINS
- ✓ IMPORTANT MÊME SI VOUS ÊTES EN BONNE SANTÉ



POIGNÉES DE PORTE



ROBINETTERIE



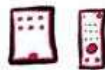
SIÈGE DE TOILETTE



INTERRUPTEURS



COMPTOIRS ET TABLES



TÉLÉPHONES ET TÉLÉCOMMANDES



DANS UN MOUCHOIR



DANS VOTRE MANCHE OU COUDE

NETTOYER SOUVENT LES SURFACES UTILISÉES FRÉQUEMMENT

QUAND:

- ✓ UNE FOIS PAR JOUR
- ✓ APRÈS USAGE INTENSIF
- ✓ QUAND UTILISÉ PAR UNE PERSONNE 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

COUVRIR LA TOUX ET LES ÉTERNUEMENTS

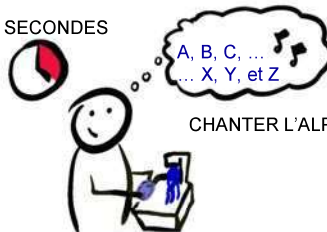
QUAND:

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

COMMENT:

- ✓ METTRE VOTRE MOUCHOIR JETABLE À LA POUBELLE
- ✓ LAVER VOS MAINS IMMÉDIATEMENT APRÈS

20 SECONDES



CHANTER L'ALPHABET

NETTOYER SOUVENT VOS MAINS

QUAND:

- ✓ EN ENTRANT DANS UN BATIMENT
- ✓ EN ARRIVANT À LA MAISON
- ✓ APRÈS ÊTRE ALLÉ AUX TOILETTES
- ✓ APRÈS AVOIR ÉTÉ DANS UNE FOULE
- ✓ APRÈS TOUX ET ÉTERNUEMENT
- ✓ APRÈS AVOIR PRIS LE BUS, LE TRAIN, LE COVOITURAGE, OU LE MÉTRO
- ✓ AVANT DE MANGER OU CUISINER

COMMENT:

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

@epiellie
@benjaminlinas
@the_BMC

