

Coronavirus

Les recommandations de votre médecin



Portez un masque devant le nez ET la bouche

Dans tous les lieux fermés
en dehors de chez vous
À l'extérieur si une distance physique
de 2 mètres est difficile à respecter
Ne le retirez pas pour parler. Ne le touchez pas



Lavez-vous ou désinfectez-vous les mains très régulièrement

Avec du savon ou du soluté hydro-alcoolique
Pendant 30 secondes, sans oublier les ongles
Avant de mettre votre masque et après l'avoir enlevé



Respectez la distanciation physique de 2 mètres

Saluez sans serrer la main
Évitez les embrassades



En cas de toux ou de rhume

Toussez ou éternuez dans votre coude
ou dans un mouchoir à usage unique
Mouchez-vous dans un mouchoir à usage unique

Ouvrez vos fenêtres et aérez souvent



*Portez un masque chirurgical, grand public ou artisanal.

Pour en savoir plus, consultez stop-postillons.fr

Les masques usagés et les mouchoirs à usage unique doivent être jetés dans un sac poubelle

