

Toux et éternuements : couvrez-vous la bouche et le nez



OR



Couvrez votre bouche et votre nez avec un mouchoir lorsque vous tousssez, éternuez ou vous mouchez.

Toussez ou éternuez sur votre manche ou dans le pli de votre coude **et non dans vos mains.**

Placez vos mouchoirs usagés à la poubelle.



Lavez vos mains avec de l'eau et du savon.



Nettoyez vos mains avec un nettoyant à mains à base d'alcool si l'eau et le savon ne sont pas disponibles.