

GRIPPE

Comment se protéger?

1
Se couvrir la bouche et le nez avec un mouchoir jetable lorsqu'on tousse ou éternue.

2
Jeter à la poubelle les mouchoirs jetables juste après l'utilisation.

3
Se laver les mains régulièrement avec de l'eau et du savon.

4
Si vous avez de symptômes de la grippe, restez à la maison, n'allez pas au travail, à l'école ou aux endroits fréquents.

5
Si vous avez des symptômes de la grippe, maintenez au moins une distance d'un mètre aux autres personnes.

6
Si vous avez des symptômes de la grippe et vous êtes enceinte ou vous souffrez d'une maladie chronique, rendez-vous à votre consultation médicale.

7
Lorsque vous saluez les gens, essayez de ne pas serrer dans les bras, embrasser ou serrer la main...

8
Ne vous touchez pas les yeux, le nez ou la bouche sans avoir lavé les mains.