



Les 7 gestes à retenir pour te protéger et protéger les autres



Bien **SE LAVER LES MAINS** avec du savon
ou du gel hydroalcoolique.
Par exemple, le temps d'une chanson...

Le faire le plus souvent possible : le virus ne survit pas



TOUSSER et **ETERNUER** dans ton coude,
comme quand tu fais un dab.

Sinon, les postillons restent sur tes mains, et tu peux déposer
les microbes sur les objets.



EVITER de **TOUCHER** les yeux, le nez, la bouche.

Gros défi car c'est un réflexe et on le fait des milliers de fois par jour.
Il faut éviter car si tu as touché un objet contaminé, tu peux mettre le virus sur toi.
Les yeux, le nez et la bouche sont les portes d'entrée du virus.

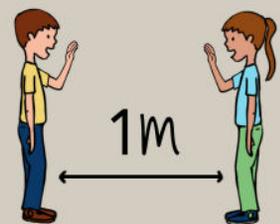


Utiliser les **MOUCHOIRS UNE SEULE FOIS**,
JETER à la poubelle

Le virus peut survivre dans le mouchoir.

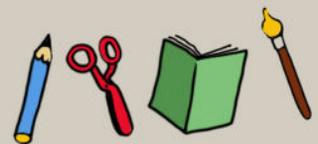
GARDER UNE DISTANCE d'1 mètre avec les autres.

Le virus ne peut pas sauter d'aussi loin.



GARDER TES PROPRES AFFAIRES, ne pas échanger
avec les copains, ou mettre les objets à la bouche.

Comme ça, tu évites de toucher des objets qui sont peut-être contaminés.



Ne pas **FAIRE DE BISOUS**, ou **SERRER LA MAIN**.
On se dit bonjour de loin, ou on fait un check de pieds.

Cela évite de transmettre le virus.



R. Lille