

Pour limiter les risques de contagion, adopter des gestes simples

Pour limiter le risque d'être contaminé par le virus de la grippe et autres affections saisonnières, suivre ces recommandations...



Se laver les mains plusieurs fois par jour

avec du savon neutre ou surgras, à défaut, utiliser une solution hydro-alcoolique.



Eviter les contacts directs

ne pas se serrer les mains, ni s'embrasser...



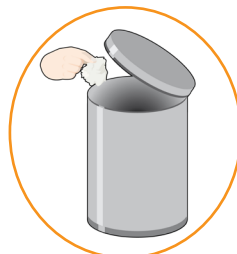
Se couvrir le nez et la bouche

quand on tousse ou qu'on éternue.



Nettoyer les surfaces «partagées»

(téléphone, clavier, poignées de porte...) avec des lingettes.



Utiliser un mouchoir en papier

à usage unique pour se moucher ou cracher et le jeter dans une poubelle, si possible recouverte d'un couvercle.

