



RÉPUBLIQUE  
FRANÇAISE  
*Liberté  
Égalité  
Fraternité*



COVID-19

INFORMATION CORONAVIRUS

# PROTÉGEONS-NOUS LES UNS LES AUTRES



Se laver régulièrement  
les mains ou utiliser une  
solution hydro-alcoolique



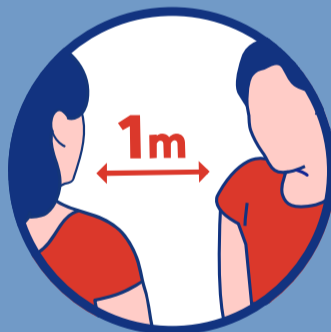
Tousser ou éternuer  
dans son coude  
ou dans un mouchoir



Se moucher dans  
un mouchoir à usage unique  
puis le jeter



Eviter  
de se toucher  
le visage



Respecter une distance  
d'au moins un mètre  
avec les autres



Saluer  
sans serrer la main  
et arrêter les embrassades



En complément de ces gestes, porter un masque  
quand la distance d'un mètre ne peut pas être respectée



[GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS](https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus)



0 800 130 000  
(appel gratuit)



RÉPUBLIQUE  
FRANÇAISE

Liberté  
Égalité  
Fraternité



COVID-19

INFORMATION CORONAVIRUS

**PORTER UN MASQUE**

**POUR MIEUX NOUS PROTÉGER**



Se laver les mains **avant** de mettre son masque et **après** l'avoir retiré



Mettre et enlever le masque en le prenant par les lanières



Couvrir le nez et la bouche



Une fois posé, ne plus le toucher



Après utilisation, le mettre dans un sac plastique et le jeter **ou** s'il est en tissu, le laver à 60° pendant 30 min

**Le masque est un moyen de protection complémentaire qui ne remplace pas les gestes barrières**



[GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS](https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus)



**0 800 130 000**  
(appel gratuit)

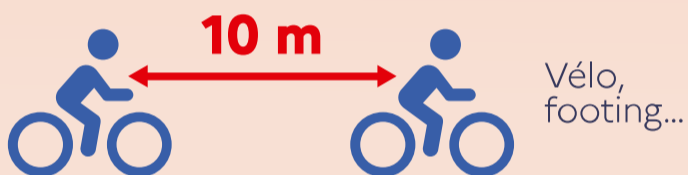


**COVID-19**

INFORMATION CORONAVIRUS

# LES BONS RÉFLEXES À ADOPTER

Respecter les **règles de distanciation**



Éviter tout **contact corporel**



Respecter les **règles barrières**



Se changer et se doucher  
**à domicile**



Renoncer (pour l'heure) aux  
**compétitions**

Commencer par des  
**activités extérieures**



Renoncer **aux manifestations**  
comme les fêtes et  
les assemblées générales



Limiter à **10 personnes maximum** les rassemblements