

INFOS CORONAVIRUS/ COVID19 : POUR SE PROTEGER ET PROTEGER LES AUTRES

Version 14 mai 2020

☞ Quand je sors de chez moi:



Je me tiens à au moins 1 mètre de distance des autres personnes, quand je suis à l'extérieur.



J'évite tout contact rapproché (ne pas serrer les mains ou faire la bise)

J'évite les rassemblements, je limite les déplacements et les contacts à l'intérieur de l'immeuble ou à l'extérieur.



Je me lave régulièrement les mains (avec de l'eau et du savon ou une solution hydroalcoolique) et surtout en rentrant chez moi.



Je porte un masque.
(Il est obligatoire d'en porter dans les transports en commun)



J'utilise un mouchoir à usage unique et je le jette (dans une poubelle fermée)
Je tousse ou j'éternue dans mon coude (si je n'ai pas de mouchoir à portée de main).



J'évite de toucher les rampes d'escalier de l'immeuble ou les interrupteurs avec les doigts.



Je me tiens informé et je respecte les consignes, recommandations et restrictions de circulation qui peuvent changer selon l'évolution de l'épidémie (attestations, distances maximums autorisées depuis son domicile, port du masque, etc.)

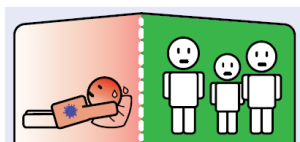
☞ Et quand je suis chez moi :



Je nettoie régulièrement les objets du quotidien avec un produit ménager (Poignées de porte, interrupteurs, souris et clavier d'ordinateur, téléphones portables...)



J'évite autant que possible de me toucher les yeux, le nez et la bouche.



J'évite le plus possible les contacts avec des personnes malades

Un numéro d'information régional en Paca

 **08 00 73 00 87**
Appel gratuit - 9h à 19h - 7j/7

codeps
Comité départemental
d'éducation et de promotion
de la santé
BOUCHES-DU-RHÔNE

ars
Agence Régionale de Santé
Provence-Alpes
Côte d'Azur