

PROTÉGEZ LA SANTÉ DES AUTRES !

Tousser ou éternuer sans contaminer



1

Couvrez votre bouche
et votre nez avec
un mouchoir de papier
lorsque vous toussiez
ou éternuez.



2

Jetez le mouchoir
de papier
à la poubelle.



3

Si vous n'avez pas
de mouchoir de papier,
toussez ou éternuez
dans le pli de votre coude
ou le haut de votre bras.



4

Lavez-vous les mains
souvent. Si vous n'avez
pas accès à de l'eau
et du savon, utilisez
un produit antiseptique.

SI VOUS ÊTES MALADE, ÉVITEZ DE RENDRE VISITE À VOS PROCHES.

Québec.ca

Votre
gouvernement

Québec