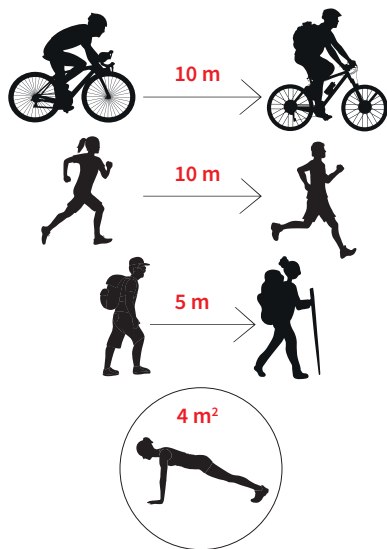


# COVID 19

## LES BONS RÉFLEXES À ADOPTER

Respecter **les règles de distanciation**



Ne pas utiliser **les vestiaires**, se changer et se doucher **à domicile**



**Se laver les mains** régulièrement au savon ou au gel hydroalcoolique



Porter **un masque** dans les lieux publics et lorsque la distanciation n'est pas possible



Privilégier **l'activité en extérieur**



Renoncer (pour le moment) aux manifestations comme **les fêtes, verres de l'amitié...**



Eviter de vous **toucher le visage**



**Limiter à 10 personnes** les rassemblements



**Désinfecter régulièrement** les surfaces contact



Eternuer et tousser **dans votre coude**



**Jeter vos masques et mouchoirs usagés** à la poubelle



Eviter tout **contact corporel**



Utiliser votre **matériel personnel**. Le matériel collectif fera l'objet d'un protocole d'hygiène écrit.



Au moindre symptôme de covid 19, **contacter votre médecin**

