

# Contre la maladie, protégez-vous et protégez les autres

## Lavez-vous les mains

- Après avoir toussé ou éternué
- Si vous vous occupez de malades
- Avant et après avoir préparé de la nourriture
- Avant de manger
- Après être allé aux toilettes
- Si les mains sont visiblement sales
- En cas de contact avec des plaies ouvertes, coupures ou cloques
- Si les mains ne sont pas visiblement sales, vous pouvez utiliser une solution hydro-alcoolique

