

Couvrez votre bouche, couvrez votre nez. Utilisez votre coude pour tous vos toux!
Lavez-vous les mains si un lavabo est à proximité. Utilisez un désinfectant pour les mains si elles sont sèches et ne sont pas sales.

Gardez vos germes à vous-même!

Les germes sont répandus par la toux et les éternuements. Ils se déplacent dans l'air en petites gouttes qui sort du nez et la bouche d'une personne infectée. D'autres reprennent les germes lorsqu'ils respirent les gouttes.

Pour empêcher la propagation de ces germes, il est important de couvrir votre nez et bouche ... mais pas avec vos mains!

Encouragez les enfants à éternuer ou à tousser dans leur coude; leur manche attrapera tous leurs germes.

Aidez les enfants à apprendre à bien se laver les mains et à couvrir toutes les toux et les éternuements avec les ressources trouver sur notre site web (www.thunderbayflu.ca).



Retrouvez-nous sur Facebook et suivez-nous sur Twitter: [@TBDHealthUnit](https://twitter.com/TBDHealthUnit)

TBDHU.COM



