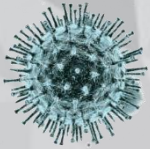


De quoi s'agit-il ?



Les Coronavirus sont une famille de virus, qui provoquent des maladies allant d'un simple rhume à des pathologies plus sévères ; ils **touchent principalement les systèmes respiratoires et digestifs**



Les symptômes ?



- **Fièvre** ou sensation de fièvre, **maux de tête**
- **Difficultés respiratoires** : toux ou essoufflements
- **Courbatures**

Mode de transmission

- **Par voies aériennes** (éternuements, toux)
- **Par contact d'objets, de surfaces, ou de mains contaminés**



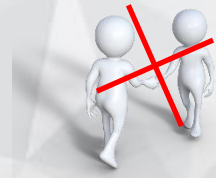
Les aliments crus ou peu cuits ne présentent pas de risques de transmission d'infection particuliers, dès lors que les bonnes règles d'hygiène habituelles sont respectées lors de la manipulation et de la préparation des denrées alimentaires.



Bonnes pratiques à adopter

Il existe des gestes simples pour préserver votre santé et celle de votre entourage :

- **Se laver les mains** très régulièrement.
- Tousser ou éternuer **dans son coude ou dans un mouchoir**.
- Saluer **sans se serrer la main**, éviter les embrassades.
- Utiliser des **mouchoirs à usage unique** et les jeter.



Avec des gants les opérateurs touchent diverses surfaces contaminées (emballages, monnaie, poignées de portes, ...) et ils n'ont plus la sensation d'avoir les mains sales et ne changent pas les gants aussi souvent que nécessaire. **Un lavage des mains très fréquent est plus efficace que le port de gants.**



Le port du masque chirurgical n'est pas recommandé sans présence de symptômes. Il peut toutefois être porté si vous revenez d'une zone à risque afin de ne pas diffuser le virus.

Se laver les mains



Se mouiller les mains



Se servir en savon



Frotter les
mains paume



Frotter l'intérieur
des paumes et entre
les doigts



Frotter les pouces,
nettoyer les poignets
et les avant-bras



Brosser les



Rincer



Essuyer