

Protégez-vous et les autres contre l'influenza

**Vous pouvez aider à arrêter
la propagation des virus**



Couvrez-vous la bouche et le nez d'un mouchoir de papier lorsque vous tousssez ou éternuez.



Jetez le mouchoir immédiatement.



Vous n'avez pas de mouchoir? Couvrez-vous la bouche et le nez avec le haut de votre manche et non avec vos mains lorsque vous tousssez ou éternuez.



Lavez-vous fréquemment les mains au savon et à l'eau chaude, ou avec un gel ou un désinfectant pour les mains à base d'alcool.



Restez à la maison si vous êtes malade, ou pensez l'être.

Autre conseil:

- ✓ Ne touchez pas votre visage ni vos yeux après avoir touché des surfaces comme des interrupteurs de lampe, des poignées de porte, des guichets automatiques.

Le CCHST est une organisation du gouvernement fédéral située à Hamilton, en Ontario. Le Conseil des gouverneurs est composé de représentants des employeurs, des travailleurs et des gouvernements provenant de partout au Canada.