

Grippe A(H1N1) Influenza A(H1N1)

Comment vous protéger, vous et les autres *How to protect yourself and others*



Couvrez-vous le nez et la bouche avec un mouchoir jetable quand vous tousssez ou éternuez

Cover your nose and mouth with a disposable tissue when you cough or sneeze



Jetez les mouchoirs usagés à la poubelle immédiatement après usage

Immediately throw used tissues in the bin



Lavez-vous les mains régulièrement à l'eau et au savon

Clean hands thoroughly with soap and water, or cleanse them with an alcohol-based hand rub on a regular basis



En cas de symptômes de type grippal, consultez un médecin dès que possible

If you have flu-like symptoms, consult a doctor as soon as possible



Si vous avez des symptômes de type grippal, gardez une distance d'au moins un mètre avec vos interlocuteurs

Avoid close contact with people who might be ill, stay at least 1 meter away from them



En cas de symptômes de type grippal, restez chez vous, n'allez ni au bureau ni à l'école et évitez les endroits très fréquentés

If you have flu-like symptoms, stay at home and keep away from work, school or crowds



Évitez les accolades, embrassades et poignées de main pour saluer les gens

Avoid hugging, kissing and shaking hands when greeting people



Évitez de vous toucher les yeux, le nez ou la bouche si vous ne vous êtes pas lavé les mains

Avoid touching your eyes, nose and mouth if you have not washed your hands

Pour plus d'information :

<http://www.emro.who.int/csr/h1n1/index.htm>
<http://www.who.int>