

**STOP À LA 4<sup>e</sup> VAGUE !**

**Contre  
le Covid-19 :**

- je me vaccine
- je me dépiste
- **je respecte  
les gestes de  
protection**



Toutes les infos sur IntraParis et au 3975



## **Contre le Covid-19, je respecte les gestes de protection**

Le COVID-19 est une maladie infectieuse avec le plus souvent une atteinte respiratoire.

Le COVID-19 se transmet principalement par les micro-gouttelettes contenues dans l'air que l'on expire par le nez et la bouche.

Ces gouttelettes peuvent rester en suspension dans l'air. On peut être contaminé simplement en restant dans la même pièce mal aérée qu'une personne infectée.

- **Aérez souvent votre bureau, votre logement (au minimum 10 à 15 minutes, 2 fois par jour) ;**
- **Toussez et éternuez dans votre coude ;**
- **Portez un masque qui couvre le nez, la bouche et le menton ;**

Même quand le masque n'est pas obligatoire, il demeure un geste de protection efficace dans les lieux de regroupement, les lieux bondés, les transports, les magasins...

- **Lavez-vous régulièrement les mains au savon ou au gel hydro-alcoolique.**