RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

Santé publique France

COVID-19

ICI, LE MASQUE EST OBLIGATOIRE

Ensemble,
faisons bloc contre le coronavirus.

W-0331-001-2003 17 juillet 2020

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

Santé publique France

COVID-19

BIEN UTILISER SON MASQUE

Comment mettre son masque

1.
Bien se laver les mains

2.
Mettre les élastiques derrière les oreilles

OU

Nouer les lacets derrière la tête et le cou

3.
Pincer le bord rigide au niveau du nez, s'il y en a un, abaisser le masque en dessous du menton et ne plus le toucher

Comment retirer son masque

1.
Se laver les mains et enlever le masque en ne touchant que les lacets ou les élastiques

2.
Après utilisation, le mettre dans un sac plastique et le jeter

OU

s'il est en tissu, le laver à 60° pendant 30 min

3.
Bien se laver les mains à nouveau

Le masque est un moyen de protection complémentaire qui ne remplace pas les gestes barrières

GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS

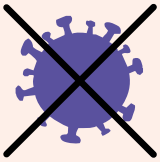
0 800 130 000
(appel gratuit)

W-0316-001-2003 – 30 avril 2020

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

Santé publique France

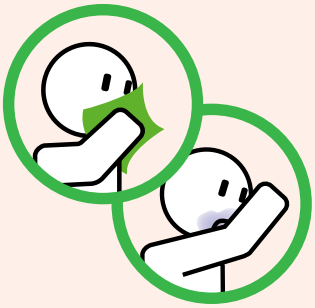
Comment vous protéger et protéger votre entourage ?



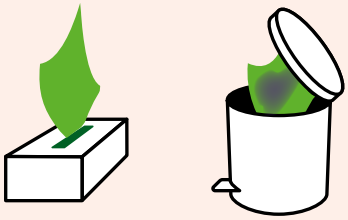
Pour arrêter ce virus,
faisons les **gestes barrières** :

Lavez-vous les mains très souvent
avec eau + savon ou gel désinfectant.

Certaines villes proposent des points d'eau.

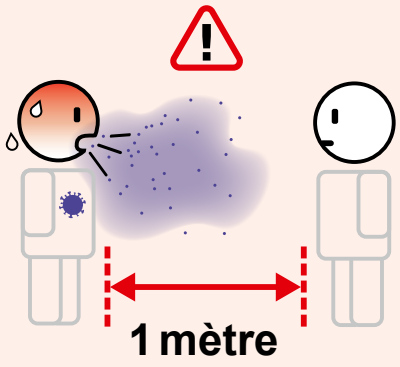


Toussez ou éternuez dans un mouchoir
en papier ou dans votre coude.

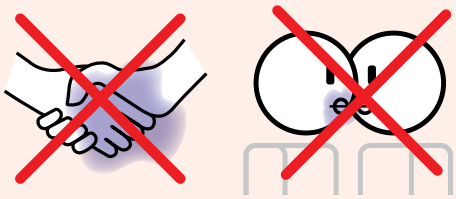


Utilisez un mouchoir en papier 1 seule fois,
puis le jeter à la poubelle.

Ne vous touchez pas la bouche,
le nez, les yeux.



Restez si possible à plus d'1 mètre des autres personnes.



Ne vous serrez pas la main et ne faites pas la bise.

En plus des autres gestes : le masque permet de se protéger et de protéger les autres quand on est trop près.

Il est parfois obligatoire : transport, certains magasins, etc.

Santé publique France - 11 mai 2020 - Réf. W-1006-001-2005

Vous avez des questions sur le coronavirus ?

gouvernement.fr/info-coronavirus

0 800 130 000
(appel gratuit)

ou contactez un professionnel de santé ou une association

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

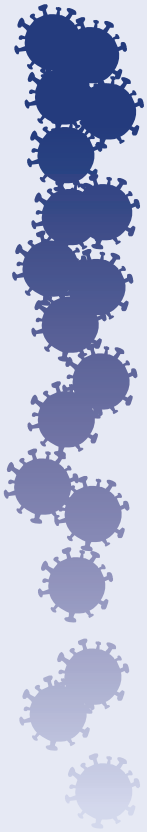
Santé publique France

COVID-19

ALERTE CORONAVIRUS
COMMENT SE LAVER LES MAINS ?

30 secondes

Se laver les mains à l'eau et au savon pendant 30 secondes est la mesure d'hygiène la plus efficace pour prévenir la transmission de tous les virus.



Frottez-vous les mains, paume contre paume

Lavez le dos des mains

Lavez entre les doigts

Frottez le dessus des doigts

Lavez les pouces

Lavez aussi le bout des doigts et les ongles

Séchez-vous les mains avec une serviette propre ou à l'air libre

Si vous n'avez pas d'eau et de savon, faites la même chose avec du gel hydro alcoolique.

GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS
(INFORMATION IN FRENCH)

0 800 130 000
(toll-free)

W-0311-001-2003 – 27 mars 2020

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

Santé publique France

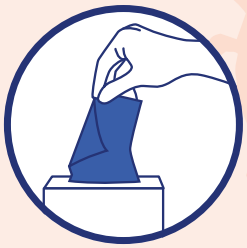
INFORMATION CORONAVIRUS

COVID-19

PROTÉGEONS-NOUS LES UNS LES AUTRES

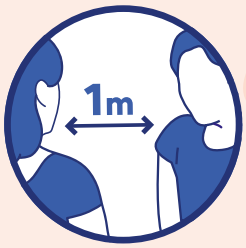
Se laver régulièrement les mains ou utiliser une solution hydro-alcoolique

Tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir



Se moucher dans un mouchoir à usage unique puis le jeter

Eviter de se toucher le visage



Respecter une distance d'au moins un mètre avec les autres

Saluer sans serrer la main et arrêter les embrassades

Porter un masque quand la distance d'un mètre ne peut pas être respectée et dans tous les lieux où cela est obligatoire

GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS

0 800 130 000
(appel gratuit)

W-0332-001-2003 – 21 juillet 2020

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

Santé publique France

INFORMATION CORONAVIRUS

COVID-19

QUE FAIRE DÈS LES PREMIERS SIGNES ?

Si vous avez de la fièvre, de la toux, mal à la gorge, le nez qui coule ou une perte du goût et de l'odorat :

Consultez rapidement votre médecin pour qu'il décide si vous devez être testé

En attendant les résultats, restez chez vous et évitez tout contact

GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS

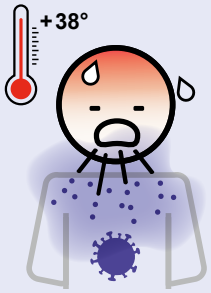
0 800 130 000
(appel gratuit)

W-0327-001-2003 – 19 mai 2020

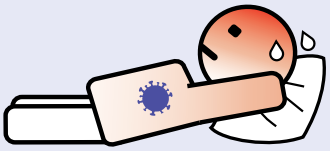
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

Santé publique France

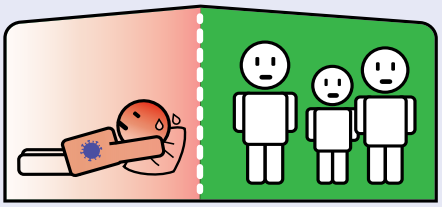
Comment savoir si vous êtes malade ?



Si vous avez : toux + fièvre



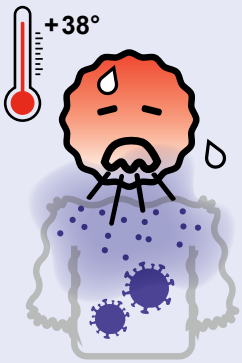
Reposez-vous.



Restez à l'intérieur, limitez les contacts avec votre famille et les autres personnes.

Appelez un professionnel de santé ou du social si besoin.
N'allez pas directement chez le médecin, à l'hôpital ou aux urgences.

En général, la maladie guérit avec du repos.



Si vous avez :
toux + fièvre + difficultés à respirer,
vous êtes essoufflé

Appelez le 15
ou le 114 (pour les sourds
et les malentendants)

Attention : On ne peut pas demander
un test pour savoir si on a le coronavirus.
C'est le médecin qui décide de faire
le test ou non.

Santé publique France - 23 mars 2020 - Réf. W-1002-001-2003

Vous avez des questions sur le coronavirus ?

gouvernement.fr/info-coronavirus

0 800 130 000
(appel gratuit)

ou contactez un professionnel de santé ou une association

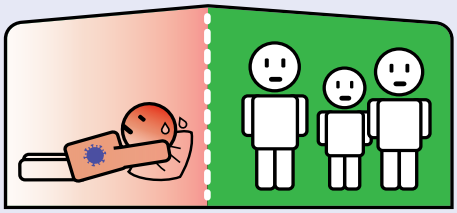
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

Santé publique France

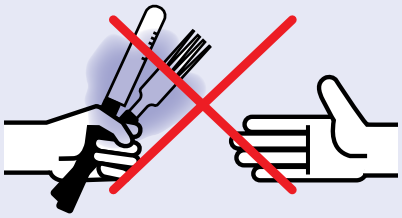
Que faire si vous êtes malade ?

Pendant environ 2 semaines :

Ne sortez pas. N'allez pas voir votre famille ou d'autres personnes.



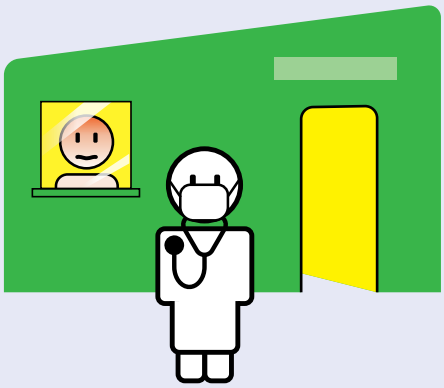
Si vous vivez avec d'autres personnes : si possible restez loin des autres pour les protéger pendant la journée, pendant le repas, et dormez seul. Portez un masque. Parlez-en avec un professionnel si vous vivez dans un lieu collectif comme un foyer.



Ne partagez pas les objets de tous les jours : couverts, assiette, serviette, savon, téléphone etc.

Lavez-vous les mains très souvent, avec du savon ou du gel désinfectant. Ne mettez pas les doigts sur le visage (bouche, nez, yeux).

Lavez bien et désinfectez les surfaces comme : poignées de porte, robinets, toilettes, etc.



Si besoin, selon votre situation et votre santé, le médecin pourra vous proposer d'être isolé dans une chambre d'hôtel ou soigné dans un Centre d'hébergement temporaire pour le coronavirus. Cela vous permettra de guérir plus vite et de protéger votre entourage.

Santé publique France - 23 mars 2020 - Réf. W-1003-001-2003

Vous avez des questions sur le coronavirus ?

gouvernement.fr/info-coronavirus

0 800 130 000
(appel gratuit)

ou contactez un professionnel de santé ou une association

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

Santé publique France

COVI D-19

HOW TO USE YOUR MASK CORRECTLY

How to put your mask on

1.

   Wash your hands thoroughly

2.

   Loop the elastic bands behind your ears

   or

   Tie the laces at the back of your head and neck

3.

   Pinch the rigid edge, if it has one, onto your nose, pull the mask down below your chin and avoid touching it again

How to take your mask off

1.

   Wash your hands and then remove the mask, touching only the laces or elastic bands

2.

   After use, put it in a plastic bag and throw it away

   or

   if it is made of fabric, wash it at 60° for 30 mins

3.

   Wash your hands thoroughly again

Masks are an additional means of protection, and do not replace barrier actions

GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS

+33 (0)800 130 000
(calls are free)

W-0316-001-2003 – 30 April 2020

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

Santé publique France

CORONAVIRUS GUIDANCE

COVID-19

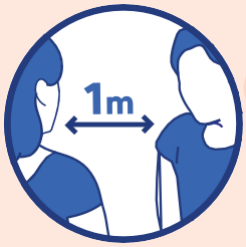
HOW CAN YOU PROTECT YOURSELF AND OTHERS

Regularly wash your hands with soap and water or use an alcohol-based hand sanitiser

Cough or sneeze into your elbow or a tissue

Wipe or blow your nose using a disposable, single-use tissue then put it immediately in the bin

Avoid touching your face



Maintain at least 1 metre distance between yourself and others

Greet others without shaking hands and avoid hugging and kissing

In addition to these measures, wear a mask when a 1-metre distance cannot be maintained

GOUVERNEMENT.FR/INFO - CORONAVIRUS

+33 (0) 800 130000
(toll-free hotline number)

W-0314-001-2003 – 20 March 2020

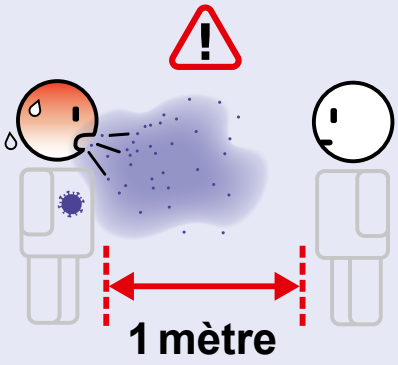
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté Égalité Fraternité

Santé publique France

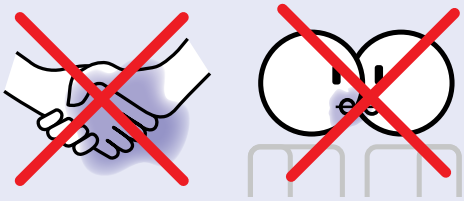
How do I protect myself and my family?

In order to prevent this virus from spreading, many countries, like France, have taken strict measures:
School closures, strict rules regarding leaving the house except for running errands and medical reasons, ban on gatherings, etc.

Preventative measures



Stay home or isolate yourself from other people.
Always stand more than 1 meter away from another person.



Do not shake hands or embrace another person.

Cough or sneeze into a disposable tissue or your sleeve.

Wash your hands often with soap or hand sanitizer. Some cities provide hand-washing stations.

Do not touch your mouth, nose or eyes.

If we all follow these rules, we will succeed in stopping the virus.

Santé publique France - 23 mars 2020 - Réf. W-1001-001-2003 Anglais

Do you have questions about the Coronavirus?

gouvernement.fr/info-coronavirus

0 800 130 000
(toll-free)

Or contact a healthcare professional or an organization

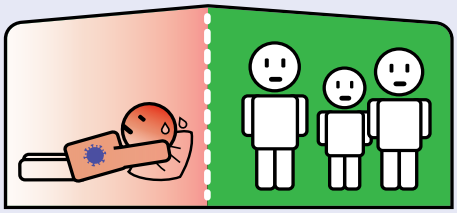
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

Santé publique France

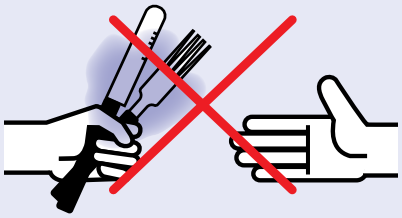
What should I do if I get sick?

For approximately 2 weeks:

Do not go outside. Do not go see your family or other people.



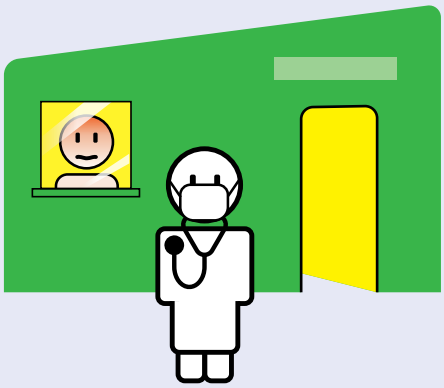
If you live with other people: if possible, stay away from them in order to protect them during the day, mealtime and always sleep alone. Wear a mask. Speak with a professional if you live in a group setting like a shelter.



Do not share everyday objects: blankets, dishes, towels, soap, telephone, etc.

Wash your hands often, with soap or hand sanitizing gel. Do not touch your face with your fingers (mouth, nose, eyes).

Thoroughly wash and disinfect surfaces like: doorknobs, faucets, toilets, etc.



If necessary, and according to your situation and health, a physician may ask you to isolate yourself in a hotel room or get treatment in a temporary center for coronavirus. This will allow you to get better faster and protect your family.

Santé publique France - 23 mars 2020 - Réf. W-1003-001-2003 Anglais

Do you have questions about the Coronavirus?

gouvernement.fr/info-coronavirus

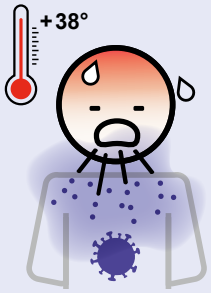
0 800 130 000
(toll-free)

Or contact a healthcare professional or an organization

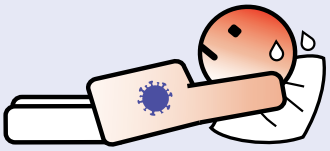
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté Égalité Fraternité

Santé publique France

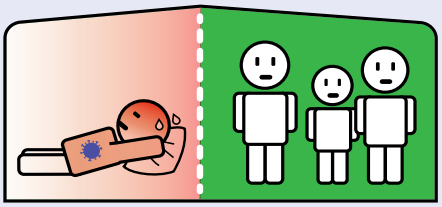
How do I know if I am sick?



If you have: a cough + fever



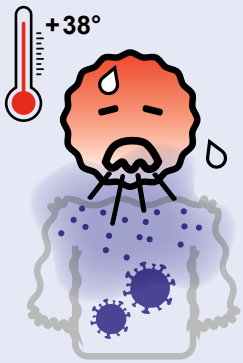
Lie down and rest.



Stay inside, limit contact with your family as well as other people.

Call a healthcare or social professional if necessary. Do not go directly to the doctor, the hospital or the ER.

In general, the illness gets better with rest.



If you have:
A cough + fever + difficulties breathing or feel out of breath

Dial 15
or 114 (for the hearing impaired)

Attention: A person cannot request a test to find out if they have the coronavirus. It is up to a physician whether or not to perform the test.

Santé publique France - 23 mars 2020 - Réf. W-1002-001-2003 Anglais

Do you have questions about the Coronavirus?

gouvernement.fr/info-coronavirus

0 800 130 000
(toll-free)

Or contact a healthcare professional or an organization