

Qu'est-ce que COVID 19?

COVID 19 est une maladie due à un virus qui se transmet par des gouttelettes projetées dans l'air quand une personne infectée tousse, éternue, parle ou respire. Des symptômes communs sont la fièvre, la toux et l'essoufflement. De nombreuses personnes infectées n'ont pas de symptômes mais peuvent propager le virus.

Protégez-vous et vos proches

Les médecins nous demandent de rester à la maison. Si vous devez quitter votre maison pour aller au travail, faire les courses ou prendre l'air :

- **Respectez 1.80 m de distance entre vous et les autres (à peu près 2 longueurs de bras)**
- **Ne touchez pas votre visage**
- **Lavez vous les mains souvent, 20 secondes à chaque fois**
- **Portez un masque**

Un masque vous protège mais aussi empêche la transmission par les personnes qui sont infectées mais ne présentent pas de symptômes. Si vous vous sentez malade, restez à la maison. Si vous avez de la douleur a la poitrine ou des difficultés à respirer, appelez un médecin ou les urgences.



Qu'est-ce que COVID 19?

COVID 19 est une maladie due à un virus qui se transmet par des gouttelettes projetées dans l'air quand une personne infectée tousse, éternue, parle ou respire. Des symptômes communs sont la fièvre, la toux et l'essoufflement. De nombreuses personnes infectées n'ont pas de symptômes mais peuvent propager le virus.

Protégez-vous et vos proches

Les médecins nous demandent de rester à la maison. Si vous devez quitter votre maison pour aller au travail, faire les courses ou prendre l'air :

- **Respectez 1.80 m de distance entre vous et les autres (à peu près 2 longueurs de bras)**
- **Ne touchez pas votre visage**
- **Lavez vous les mains souvent, 20 secondes à chaque fois**
- **Portez un masque**

Un masque vous protège mais aussi empêche la transmission par les personnes qui sont infectées mais ne présentent pas de symptômes. Si vous vous sentez malade, restez à la maison. Si vous avez de la douleur a la poitrine ou des difficultés à respirer, appelez un médecin ou les urgences.



Qu'est-ce que COVID 19?

COVID 19 est une maladie due à un virus qui se transmet par des gouttelettes projetées dans l'air quand une personne infectée tousse, éternue, parle ou respire. Des symptômes communs sont la fièvre, la toux et l'essoufflement. De nombreuses personnes infectées n'ont pas de symptômes mais peuvent propager le virus.

Protégez-vous et vos proches

Les médecins nous demandent de rester à la maison. Si vous devez quitter votre maison pour aller au travail, faire les courses ou prendre l'air :

- **Respectez 1.80 m de distance entre vous et les autres (à peu près 2 longueurs de bras)**
- **Ne touchez pas votre visage**
- **Lavez vous les mains souvent, 20 secondes à chaque fois**
- **Portez un masque**

Un masque vous protège mais aussi empêche la transmission par les personnes qui sont infectées mais ne présentent pas de symptômes. Si vous vous sentez malade, restez à la maison. Si vous avez de la douleur a la poitrine ou des difficultés à respirer, appelez un médecin ou les urgences.



Qu'est-ce que COVID 19?

COVID 19 est une maladie due à un virus qui se transmet par des gouttelettes projetées dans l'air quand une personne infectée tousse, éternue, parle ou respire. Des symptômes communs sont la fièvre, la toux et l'essoufflement. De nombreuses personnes infectées n'ont pas de symptômes mais peuvent propager le virus.

Protégez-vous et vos proches

Les médecins nous demandent de rester à la maison. Si vous devez quitter votre maison pour aller au travail, faire les courses ou prendre l'air :

- **Respectez 1.80 m de distance entre vous et les autres (à peu près 2 longueurs de bras)**
- **Ne touchez pas votre visage**
- **Lavez vous les mains souvent, 20 secondes à chaque fois**
- **Portez un masque**

Un masque vous protège mais aussi empêche la transmission par les personnes qui sont infectées mais ne présentent pas de symptômes. Si vous vous sentez malade, restez à la maison. Si vous avez de la douleur a la poitrine ou des difficultés à respirer, appelez un médecin ou les urgences.



Utiliser votre masque

- Votre masque devrait couvrir votre nez et bouche sans compromettre votre respiration.
- Lavez-vous les mains juste avant et après d'enlever votre masque. En enlevant votre masque, essayez de ne pas toucher vos yeux, nez et bouche.
- Les masques en tissu ne devraient pas être portés par des enfants moins de deux ans ou des personnes ayant des difficultés à respirer.
- Quand vous n'utilisez pas votre masque, placez le dans un sac en papier.



Laver votre masque

Les masques jetables devraient être remplacés chaque jour. Pour laver votre masque, vous pouvez :

- Tremper votre masque pendant 10 minutes dans de l'eau bouillante.
- Nettoyer votre masque avec du savon. Vous pouvez le mettre dans la machine à laver – haute température. Sécher à l'air libre.

Autres ressources utiles

NYC Updates: envoyez COVID par sms à 692-692.

www.nyc.gov/coronavirus

NY State Department of Health Coronavirus Hotline: 1-888-364-3065.

Utiliser votre masque

- Votre masque devrait couvrir votre nez et bouche sans compromettre votre respiration.
- Lavez-vous les mains juste avant et après d'enlever votre masque. En enlevant votre masque, essayez de ne pas toucher vos yeux, nez et bouche.
- Les masques en tissu ne devraient pas être portés par des enfants moins de deux ans ou des personnes ayant des difficultés à respirer.
- Quand vous n'utilisez pas votre masque, placez le dans un sac en papier.



Laver votre masque

Les masques jetables devraient être remplacés chaque jour. Pour laver votre masque, vous pouvez :

- Tremper votre masque pendant 10 minutes dans de l'eau bouillante.
- Nettoyer votre masque avec du savon. Vous pouvez le mettre dans la machine à laver – haute température. Sécher à l'air libre.

Autres ressources utiles

NYC Updates: envoyez COVID par sms à 692-692.

www.nyc.gov/coronavirus

NY State Department of Health Coronavirus Hotline: 1-888-364-3065.

Utiliser votre masque

- Votre masque devrait couvrir votre nez et bouche sans compromettre votre respiration.
- Lavez-vous les mains juste avant et après d'enlever votre masque. En enlevant votre masque, essayez de ne pas toucher vos yeux, nez et bouche.
- Les masques en tissu ne devraient pas être portés par des enfants moins de deux ans ou des personnes ayant des difficultés à respirer.
- Quand vous n'utilisez pas votre masque, placez le dans un sac en papier.



Laver votre masque

Les masques jetables devraient être remplacés chaque jour. Pour laver votre masque, vous pouvez :

- Tremper votre masque pendant 10 minutes dans de l'eau bouillante.
- Nettoyer votre masque avec du savon. Vous pouvez le mettre dans la machine à laver – haute température. Sécher à l'air libre.

Autres ressources utiles

NYC Updates: envoyez COVID par sms à 692-692.

www.nyc.gov/coronavirus

NY State Department of Health Coronavirus Hotline: 1-888-364-3065.

Utiliser votre masque

- Votre masque devrait couvrir votre nez et bouche sans compromettre votre respiration.
- Lavez-vous les mains juste avant et après d'enlever votre masque. En enlevant votre masque, essayez de ne pas toucher vos yeux, nez et bouche.
- Les masques en tissu ne devraient pas être portés par des enfants moins de deux ans ou des personnes ayant des difficultés à respirer.
- Quand vous n'utilisez pas votre masque, placez le dans un sac en papier.



Laver votre masque

Les masques jetables devraient être remplacés chaque jour. Pour laver votre masque, vous pouvez :

- Tremper votre masque pendant 10 minutes dans de l'eau bouillante.
- Nettoyer votre masque avec du savon. Vous pouvez le mettre dans la machine à laver – haute température. Sécher à l'air libre.

Autres ressources utiles

NYC Updates: envoyez COVID par sms à 692-692.

www.nyc.gov/coronavirus

NY State Department of Health Coronavirus Hotline: 1-888-364-3065.