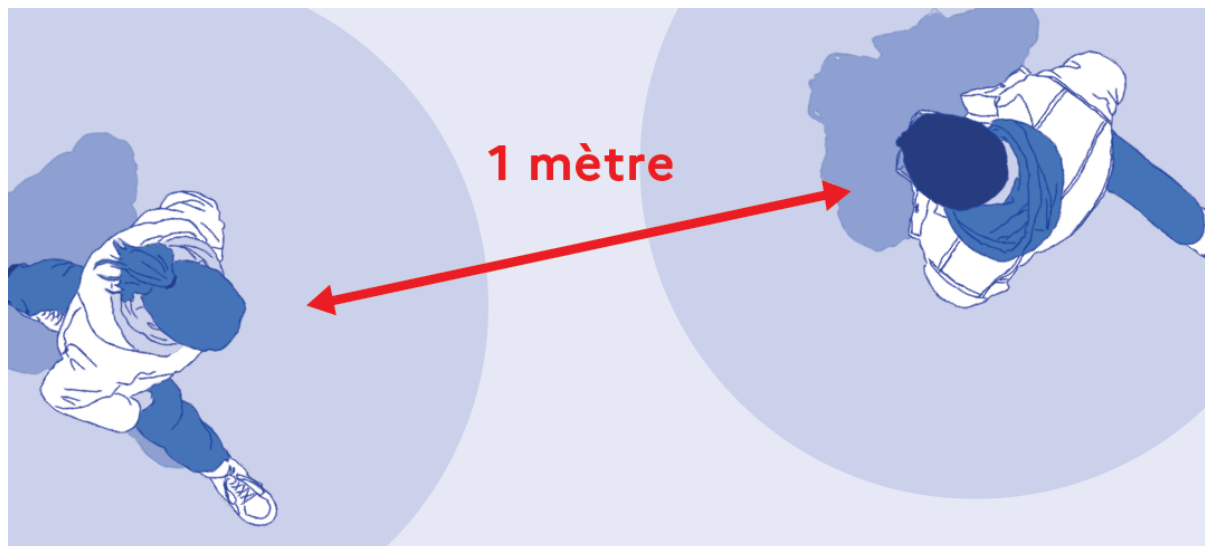


Fiche pratique : gestes protecteurs et distance physique

Respecter la distance physique



Appliquer les gestes protecteurs



**Se laver
très régulièrement
les mains**



**Tousser ou éternuer
dans son coude
ou dans un mouchoir**

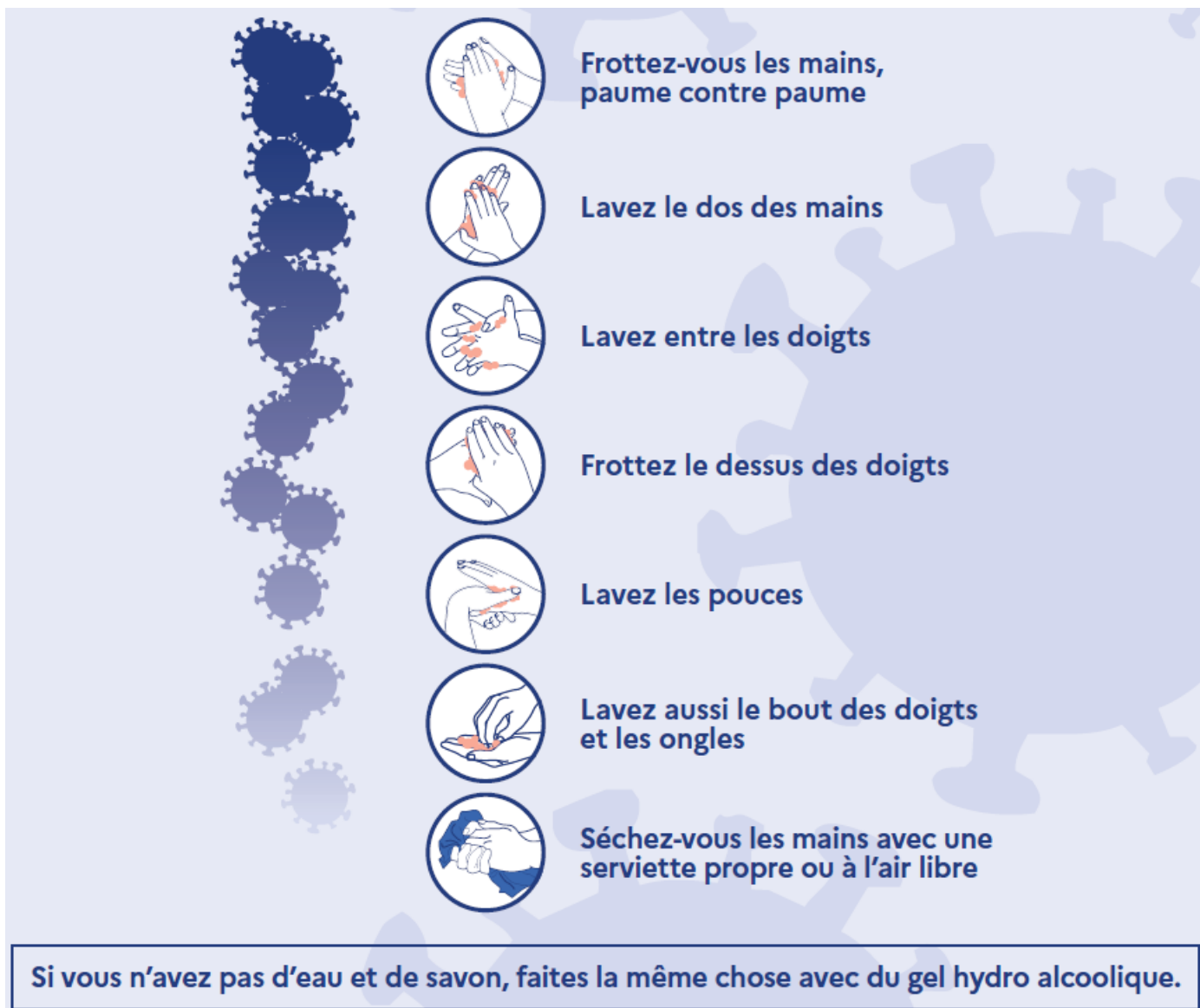


**Utiliser un mouchoir
à usage unique
et le jeter**










**Saluer
sans se serrer la main,
éviter les embrassades**

Se laver les mains



The infographic illustrates the correct handwashing technique. On the left, a vertical column of blue virus-like particles is shown. The main content consists of seven circular icons, each depicting a specific step of handwashing, with corresponding text in French. The background features a large, faint virus particle.

-  **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.

A retenir : se laver les mains avec soin avant de toucher son visage