

ATCHOUM!

AVEC MOUCHOIR



Couvre ton nez et ta bouche avec un papier mouchoir quand tu tousses ou que tu éternues.



Essuie bien ton nez avec le mouchoir.



Jette immédiatement le mouchoir dans la poubelle.

SANS MOUCHOIR



Tousse et éternue dans le pli de ton coude



ou le haut du bras,



mais pas dans tes mains.

Nettoie tes mains immédiatement après avoir toussé ou éternué.

