



Regione Toscana



Servizio Sanitario della Toscana



GRC  
Centro Regionale  
di Assistenza  
Elettiva Clinica  
e Specialistica del Distretto



# COMMENCEZ EN TOUTE SÉCURITÉ



utilisez la masque



Lavez-vous  
les mains



garder la distance de  
sécurité

## Lavez-vous les mains

Même si vos mains semblent propres, **lavez-les souvent** avec du gel d'alcool (30 secondes) ou du savon et de l'eau (60 secondes).  
Si vos mains sont visiblement sales, lavez-les à l'eau et au savon.

**Lavez chaque partie correctement:** paume, dos, entrelacez vos doigts et n'oubliez pas votre pouce!

Ne touchez pas vos yeux, votre nez et votre bouche avec vos mains.

## Lavez-vous toujours les mains:

- après avoir toussé ou éternué;
- dès que vous rentrez chez vous;
- lors de la préparation des aliments, surtout si vous touchez des aliments crus;
- avant de consommer de la nourriture;
- après avoir utilisé la salle de bain;
- si vous avez pris soin d'un malade;
- après avoir caressé des animaux;
- après avoir touché la poubelle;
- après avoir utilisé les transports en commun;
- avant de porter, si vous touchez et après avoir retiré le masque.