

Se protéger de la COVID-19 en quatre temps

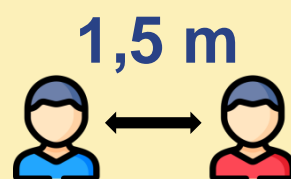


1

Lavez-vous les mains très souvent

Portez un masque

Évitez de toucher vos yeux, votre nez ou votre bouche. En cas de toux ou d'éternuement, placez votre coude devant votre bouche et votre nez



2

Veillez à garder une distance interpersonnelle d'au moins 1,5 mètres
Limitez vos contacts sociaux

3

Privilégiez les espaces extérieurs

Aérez fréquemment les espaces intérieurs



4

Restez chez vous si vous présentez des symptômes de la COVID-19, si vous êtes en isolement ou en quarantaine

4 décembre 2020

Consultez les sources d'information officielles :
www.mscbs.gob.es
[@sanidadgob](https://twitter.com/sanidadgob)

#ESTE
VIRUS
LO
PARAMOS
UNIDOS



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE SANIDAD