

# Protégez-vous ainsi que les autres personnes



## Réduire les contacts :

**Restez à la maison** et réduisez vos contacts sociaux au strict nécessaire.



**Maintenir une distance d'au moins 1 mètre** avec les autres personnes – au mieux 3 mètres, voire 5 mètres.

Renoncez à vous serrer la main et à tout contact corporel rapproché.



## Se laver les mains :

Lavez-vous fréquemment et soigneusement les mains avec de l'eau et du savon – au moins pendant 30 secondes. Le savon seul suffit, vous n'avez pas forcément besoin d'un désinfectant.

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



## Protection bouche-nez :

Se protéger le nez et la bouche empêche que des gouttelettes parviennent dans l'air lorsque l'on respire, parle, tousse ou éternue.

**La distance minimale avec les autres personnes reste valable malgré le port d'un masque !**

## Utilisation correcte :

**Avant et après l'utilisation d'un masque de protection, lavez-vous toujours les mains.**

**Faites en sorte de ne toucher que les attaches du masque**, pas le masque lui-même.

**Le masque doit être bien mis.** Il doit recouvrir la bouche, le nez et le menton.

Lavez les masques en tissu à 60 - 90 degrés, une lessive habituellement disponible dans le commerce suffit.

**À la place d'un masque de protection**, il est possible d'utiliser un tissu et de le nouer devant la bouche et le nez.

**Après utilisation** : lavez-vous les mains pendant au moins 30 secondes avec de l'eau chaude et du savon.

**Éternuer ou tousser – sans masque de protection ?** Mettez un mouchoir en papier devant la bouche et le nez. Jeter immédiatement le mouchoir à la poubelle.

Si vous n'avez pas de mouchoir à portée de main : éternuez dans votre coude. Lorsque vous toussiez ou éternuez, détournez-vous des autres personnes.

*Veillez prendre en compte :*

*à l'heure actuelle, il est obligatoire de porter un masque de protection dans tous les commerces ouverts et les transports en commun (version : 14.4.2020).*

## **Vous avez des symptômes comme de la fièvre, des troubles respiratoires et vous tousez ?**



**Restez impérativement à la maison,**  
appelez le numéro de téléphone **1450**  
et veuillez suivre les consignes.

**N'allez pas de vous-même chez le docteur**  
ou à l'hôpital.

## **Vous avez des questions d'ordre général concernant le virus ?**



Appelez la ligne d'assistance téléphonique joignable 24h/24  
de l'agence AGES : **0800 555 621**.

## **Vous avez des soucis et ne parlez pas encore très bien l'allemand ?**



Appelez la ligne d'assistance téléphonique **ZEBRA-SORGENHOTLINE** avec interprète : 0800  
799 702, du lundi au vendredi – de 9h00 à 12h00.

## **Assignation à résidence, protection bouche-nez et autres réglementations**



Veuillez suivre les restrictions actuelles concernant le coronavirus  
sur notre page d'accueil **graz.at**

Version : 14 avril 2020