

Des gestes simples pour limiter le risque de **COVID-19** pour vous et votre entourage



the
power of
humanity



Lavez-vous les mains souvent avec de l'eau savonneuse pendant au moins 20 secondes, ou utilisez des solutions hydro alcooliques pour les mains.



Préparez un plan pour votre famille au cas où vous ayez à vous isoler chez vous pendant 14 jours. Préparez un plan à l'aide d'un de nos outils simples sur redcross.org.au/prepare



Toussez ou éternuez dans votre coude ou dans un mouchoir en papier, puis jetez celui-ci dans une poubelle et lavez-vous les mains tout de suite.



Restez calme : la plupart des personnes qui vont développer le coronavirus ne présenteront qu'une forme légère de la maladie.



Évitez tout contact rapproché avec des personnes qui ont de la fièvre ou une toux.



Les personnes âgées ou celles avec des maladies chroniques sont les plus vulnérables au coronavirus.



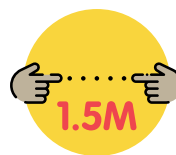
Si vous vous sentez malade, restez chez vous. En cas de fièvre, toux, mal de gorge ou d'essoufflement, appelez votre médecin généraliste ou le 1800 020 080. Si vous vous sentez très malade ou avez des difficultés à respirer, appelez le 000.



Si l'on vous a dit de vous isoler, vous devez le faire, à moins que vous ayez besoin de soins médicaux.



Portez un masque si votre gouvernement vous dit de le faire



Maintenez une distance physique avec les personnes qui ne sont pas dans votre entourage immédiat. Ne serrez pas de mains, ne donnez pas d'accolades, n'embrassez pas.

Si vous avez des questions : Appelez la plateforme téléphonique d'information sur le coronavirus au 1800 020 080.

Vous pouvez demander l'aide d'un interprète dans votre langue.