



*Vous sentez que  
vous allez éternuer,  
que faites-vous?*

- Vous vous couvrez le nez avec vos mains.
- Vous regardez vers une source de lumière.
- Vous éternuez dans un mouchoir ou dans le creux du coude.

**En vous couvrant le nez avec vos mains, vous ne ferez que contaminer tout ce que vous toucherez.**

*Limitez la propagation de la maladie.*

[www.croixrouge.ca/grippe](http://www.croixrouge.ca/grippe)



Croix-Rouge canadienne

ASSOCIATION  
MÉDICALE  
CANADIENNE



CANADIAN  
MEDICAL  
ASSOCIATION