



# Réduisez votre risque de coronavirus (COVID-19)

- **LAVEZ-VOUS** les mains souvent avec du savon et sous l'eau courante pendant au moins 20 secondes. Séchez-vous les mains avec du papier essuie-tout ou un sèche-mains.
- **ESSAYEZ** de ne pas vous toucher les yeux, le nez ou la bouche.
- **COUVREZ-VOUS** le nez et la bouche avec un mouchoir en papier lorsque vous toussiez ou éternuez. Si vous n'avez pas de mouchoir en papier, toussiez ou éternuez dans le haut de votre manche ou dans votre coude.
- **RESTEZ** chez vous si vous vous sentez malade. Si vous prenez des médicaments, assurez-vous d'en avoir suffisamment.
- **CONTACTEZ** votre médecin ou appelez la ligne d'assistance téléphonique au **1800 675 398** si vous avez besoin de soins médicaux. Ils vous diront quoi faire.
- **CONTINUEZ** vos bonnes habitudes : faites de l'exercice, buvez de l'eau et dormez suffisamment.
- **LE PORT D'UN MASQUE** facial n'est pas nécessaire si vous êtes en bonne santé.
- **ACHETEZ** un désinfectant pour les mains à base d'alcool à plus de 60 % d'alcool.



Pour en savoir plus, rendez-vous sur [www.coronavirus.vic.gov.au/french](http://www.coronavirus.vic.gov.au/french)

En cas d'inquiétude, appelez la ligne d'assistance coronavirus au **1800 675 398 (24 heures sur 24)**

Si vous avez besoin d'un interprète, appelez TIS National au 131 450

Ne contactez le Triple Zéro (000) qu'en cas d'urgence

Pour recevoir cette publication dans un format accessible, envoyez un e-mail à [COVID-19@dhhs.vic.gov.au](mailto:COVID-19@dhhs.vic.gov.au)

Authorised and published by the Victorian Government, 1 Treasury Place, Melbourne.

© State of Victoria, March 2020. (2001628\_v1)

Reduce your risk of coronavirus (COVID-19) - French



Health and Human Services