

# Comment vous protéger et protéger votre entourage ?

Respecter ces règles est indispensable pour prévenir la transmission du virus.



## Restez dans une pièce séparée et fermez la porte

- Ne partagez pas votre lit et prenez vos repas seul(e) dans votre chambre
- Privatisez une salle de bain et un WC dédiés uniquement à votre usage

- Évitez les contacts avec les autres personnes de la maison
- Ne les touchez pas et ne les embrassez pas
- Tenez-vous à plus d'1,5 mètre de vos proches
- Limitez vos échanges à moins de 15 minutes
- Portez un masque dès que vous devez sortir de votre chambre ou en présence d'une autre personne



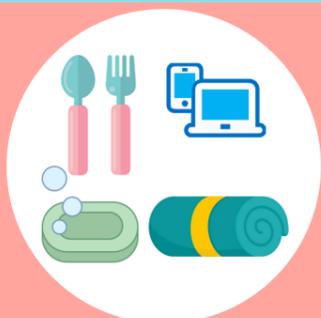
- Ne recevez pas de personnes extérieures à votre foyer
- Les seules personnes autorisées à venir sont des soignants ou des aidants (limité à 2 personnes et toujours les mêmes)

- Lavez-vous les mains très souvent avec de l'eau et du savon
- Séchez-les avec une serviette propre ou un essuie-main



- Évitez de vous toucher les yeux, le nez, la bouche et le visage
- Si vous le faites, n'oubliez pas de vous laver les mains

- Utilisez des mouchoirs à usage unique et jetez-les dans une poubelle fermée après utilisation
- N'oubliez pas de vous laver les mains juste après



## Ne partagez pas vos objets de tous les jours :

- savon, serviettes, gants de toilette
- couverts, assiettes
- téléphone, tablette, ordinateur, manette de jeu



Ces recommandations, élaborées sur la base des connaissances disponibles à la date de publication de cet avis, peuvent évoluer en fonction de l'actualisation des connaissances et des données épidémiologiques.



CELLULE DE CRISE — COVID-19  
POLYNÉSIE FRANÇAISE

Ministère de la santé et de la prévention  
Direction de la santé

FT 51 - communication 21/05/2020 V1