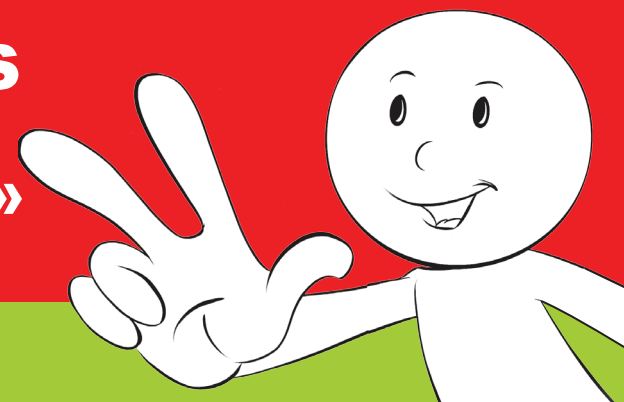


Comment vous protéger, vous et les autres

Suivez la « Règle des trois P »



Propreté



Lavez-vous régulièrement les mains à l'eau et au savon



Jetez les mouchoirs en papier à la poubelle après usage

Précaution



Prévenez vos parents et vos professeurs si vous vous sentez chaud, si vous grelottez, si vous toussiez et éternuez et si vous avez la tête qui tourne

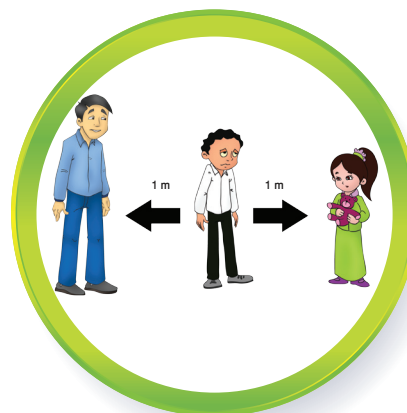


Mangez équilibré et faites de l'exercice chaque jour

Prévention



Éternuez et toussiez dans le haut de votre manche, un mouchoir en tissu propre ou un mouchoir en papier



Si vous avez des symptômes de type grippal, gardez une distance d'au moins un mètre avec vos interlocuteurs

Mieux vaut prévenir que guérir