



Évitez de vous toucher le visage

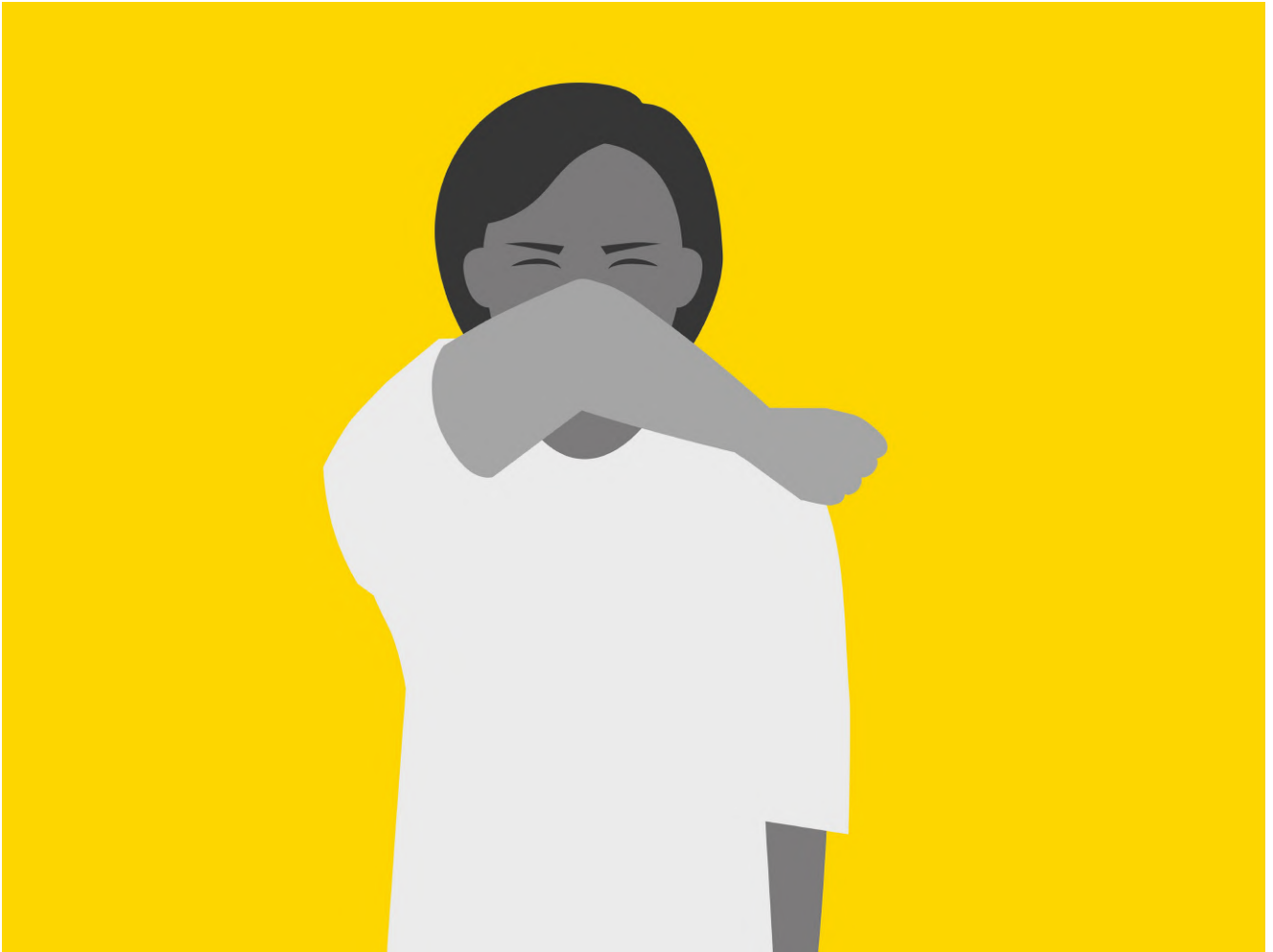
Le virus peut pénétrer dans le corps par les yeux, le nez ou la bouche si vous vous touchez le visage avec des mains contaminées.

tearfund

learn.tearfund.org

✉ publications@tearfund.org

Siège social : Tearfund, 100 Church Road, Teddington, TW11 8QE, Royaume-Uni. Enregistrée en Angleterre sous le numéro 994339. Une société limitée par garantie. Association caritative enregistrée sous les numéros 265464 en Angleterre et au pays de Galles et SC037624 en Écosse. Image: Tearfund



Toussez ou éternuez dans le pli de votre coude, pas dans vos mains

Cela empêche vos mains d'être contaminées par le virus. Tournez la tête pour ne pas tousser ou éternuer en direction d'autres personnes, et ne tousssez pas ou n'éternuez pas dans le vide.

tearfund

learn.tearfund.org

✉ publications@tearfund.org

Siège social : Tearfund, 100 Church Road, Teddington, TW11 8QE, Royaume-Uni. Enregistrée en Angleterre sous le numéro 994339. Une société limitée par garantie. Association caritative enregistrée sous les numéros 265464 en Angleterre et au pays de Galles et SC037624 en Écosse. Image: Tearfund



Êtes-vous en sécurité ?

Le fait de passer plus de temps à la maison que d'habitude peut augmenter les risques de violence familiale. Si vous êtes susceptible d'être maltraité(e) ou si vous connaissez quelqu'un qui l'est, parlez-en à une personne de confiance ou appelez votre service local d'assistance: 000 0000 0000.

tearfund

learn.tearfund.org

✉ publications@tearfund.org

Siège social : Tearfund, 100 Church Road, Teddington, TW11 8QE, Royaume-Uni. Enregistrée en Angleterre sous le numéro 994339. Une société limitée par garantie. Association caritative enregistrée sous les numéros 265464 en Angleterre et au pays de Galles et SC037624 en Écosse. Image: Tearfund



Les masques doivent être utilisés correctement pour réduire la propagation du virus

Il est important de porter, de stocker, de nettoyer et d'éliminer les masques correctement. Les vaccins restent le moyen le plus efficace d'éviter l'infection et la transmission de la Covid-19.

tearfund

learn.tearfund.org

✉ publications@tearfund.org

Siège social : Tearfund, 100 Church Road, Teddington, TW11 8QE, Royaume-Uni. Enregistrée en Angleterre sous le numéro 994339. Une société limitée par garantie. Association caritative enregistrée sous les numéros 265464 en Angleterre et au pays de Galles et SC037624 en Écosse. Image: Tearfund



Assurer la sécurité des enfants

À cause de la Covid-19, les enfants exposés au risque de maltraitance et de négligence peuvent ne plus avoir accès à l'école ou à d'autres lieux de sûreté. Cela veut dire que les enseignants et autres professionnels peuvent ne pas remarquer s'ils ont besoin d'aide. Si vous vous inquiétez à propos d'un enfant, contactez votre service local de protection de l'enfance ou appelez la ligne d'assistance.

tearfund

learn.tearfund.org

✉ publications@tearfund.org

Siège social : Tearfund, 100 Church Road, Teddington, TW11 8QE, Royaume-Uni. Enregistrée en Angleterre sous le numéro 994339. Une société limitée par garantie. Association caritative enregistrée sous les numéros 265464 en Angleterre et au pays de Galles et SC037624 en Écosse. Image: Tearfund



Nettoyer régulièrement les surfaces

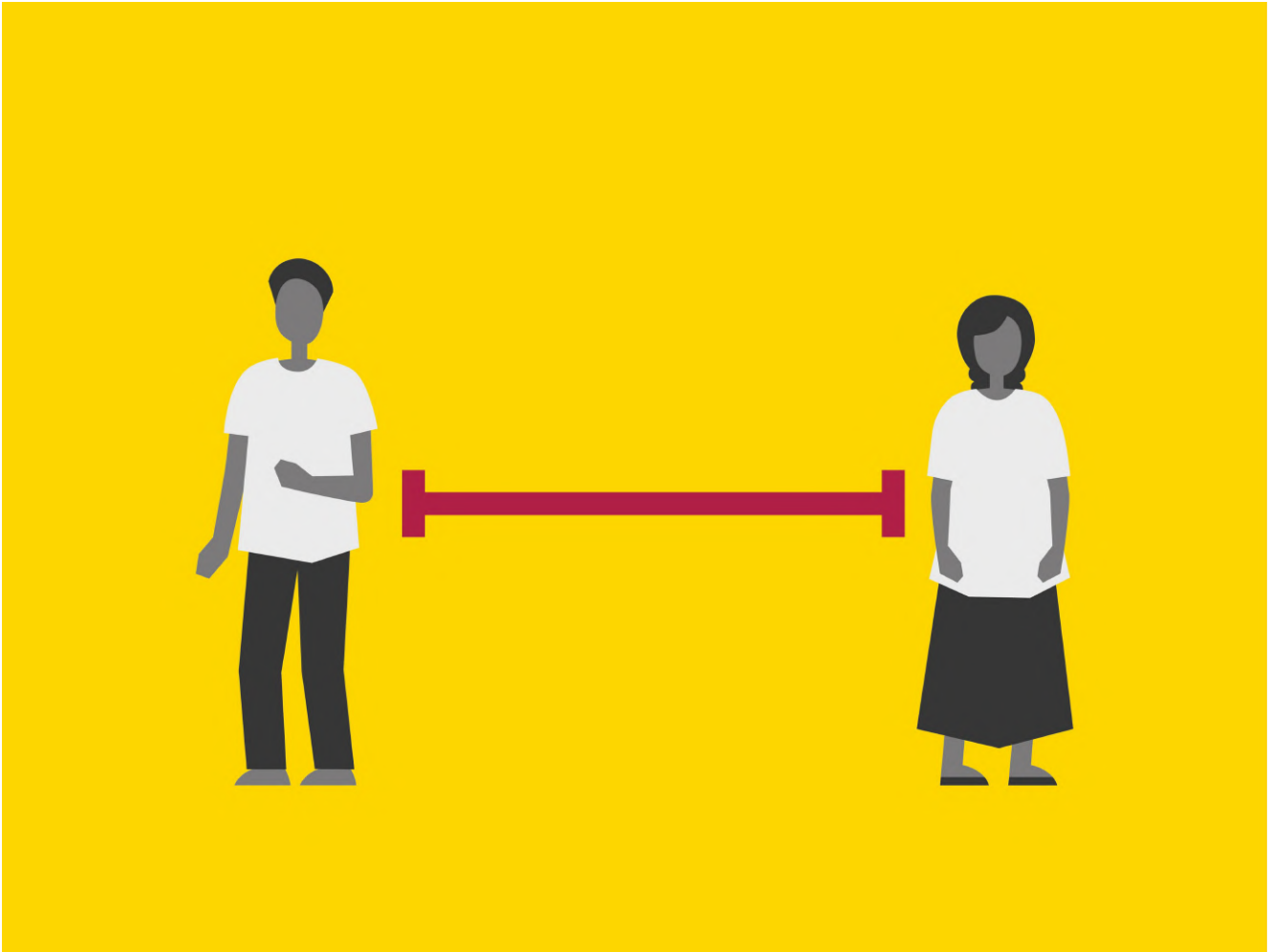
Le virus qui cause la Covid-19 peut survivre sur les surfaces touchées par une personne infectée. Nettoyez régulièrement les surfaces avec un désinfectant pour freiner la propagation de la maladie.

tearfund

learn.tearfund.org

✉ publications@tearfund.org

Siège social : Tearfund, 100 Church Road, Teddington, TW11 8QE, Royaume-Uni. Enregistrée en Angleterre sous le numéro 994339. Une société limitée par garantie. Association caritative enregistrée sous les numéros 265464 en Angleterre et au pays de Galles et SC037624 en Écosse. Image: Tearfund



Gardez vos distances

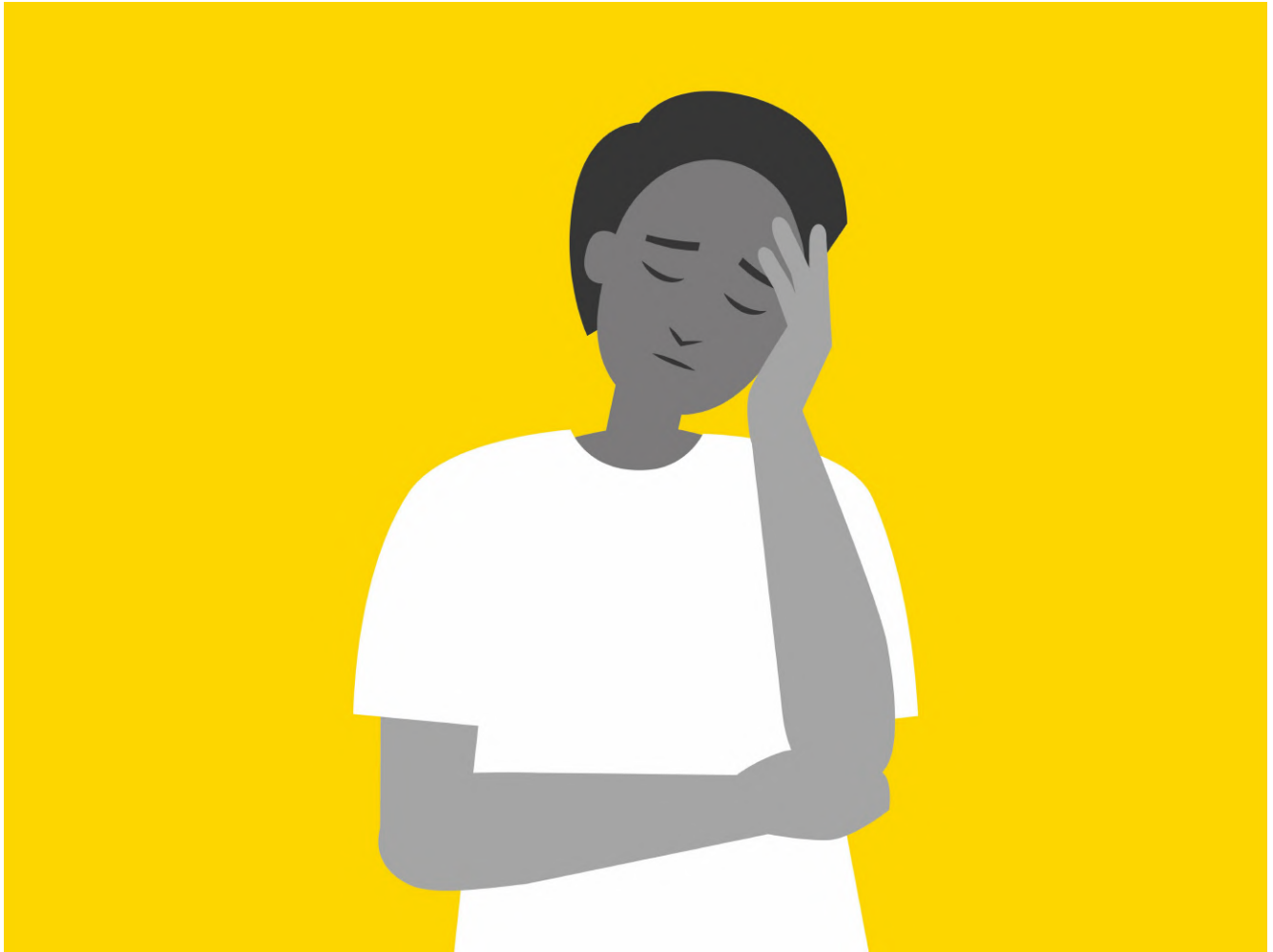
La réduction du contact physique contribue à empêcher la propagation de la Covid-19. Maintenez une distance d'au moins deux mètres avec les personnes qui ne font pas partie de votre ménage.

tearfund

learn.tearfund.org

✉ publications@tearfund.org

Siège social : Tearfund, 100 Church Road, Teddington, TW11 8QE, Royaume-Uni. Enregistrée en Angleterre sous le numéro 994339. Une société limitée par garantie. Association caritative enregistrée sous les numéros 265464 en Angleterre et au pays de Galles et SC037624 en Écosse. Image: Tearfund



Comment vous sentez-vous ?

La pandémie de Covid-19 engendre de nombreux défis et il est naturel de ressentir du stress, de l'anxiété ou de la peur. Si vous avez des difficultés, parlez-en à un ami proche ou à un membre de votre famille. Il est important de demander de l'aide si vous en avez besoin.

tearfund

learn.tearfund.org

✉ publications@tearfund.org

Siège social : Tearfund, 100 Church Road, Teddington, TW11 8QE, Royaume-Uni. Enregistrée en Angleterre sous le numéro 994339. Une société limitée par garantie. Association caritative enregistrée sous les numéros 265464 en Angleterre et au pays de Galles et SC037624 en Écosse. Image: Tearfund



Protéger les personnes vulnérables

Les personnes âgées et celles ayant des problèmes de santé préexistants sont plus vulnérables à la Covid-19 et peuvent tomber gravement malades. Certaines personnes handicapées peuvent également être particulièrement vulnérables et auront besoin d'aide supplémentaire. Aidez les personnes vulnérables à rester chez elles pour les protéger du virus.

tearfund

learn.tearfund.org

✉ publications@tearfund.org

Siège social : Tearfund, 100 Church Road, Teddington, TW11 8QE, Royaume-Uni. Enregistrée en Angleterre sous le numéro 994339. Une société limitée par garantie. Association caritative enregistrée sous les numéros 265464 en Angleterre et au pays de Galles et SC037624 en Écosse. Image: Tearfund



Si vous le pouvez, restez chez vous

Minimiser le contact physique avec les personnes hors de votre ménage contribuera à protéger les personnes qui vous sont proches et à freiner la propagation de la Covid-19. Restez chez vous autant que possible et évitez les réunions de groupe.

tearfund

learn.tearfund.org

✉ publications@tearfund.org

Siège social : Tearfund, 100 Church Road, Teddington, TW11 8QE, Royaume-Uni. Enregistrée en Angleterre sous le numéro 994339. Une société limitée par garantie. Association caritative enregistrée sous les numéros 265464 en Angleterre et au pays de Galles et SC037624 en Écosse. Image: Tearfund



Ta sécurité en ligne est-elle assurée ?

Pour assurer ta sécurité en ligne, utilise des mots de passe sûrs, et ne publie pas d'informations personnelles comme ton nom ou ton adresse. Réfléchis bien avant de partager des photos de toi ou d'autres personnes. Si un étranger cherche à lier connaissance ou si tu vois quelque chose qui te contrarie, parles-en à un adulte de confiance.

tearfund

learn.tearfund.org

✉ publications@tearfund.org

Siège social : Tearfund, 100 Church Road, Teddington, TW11 8QE, Royaume-Uni. Enregistrée en Angleterre sous le numéro 994339. Une société limitée par garantie. Association caritative enregistrée sous les numéros 265464 en Angleterre et au pays de Galles et SC037624 en Écosse. Image: Tearfund



La sécurité en ligne de votre enfant est-elle assurée ?

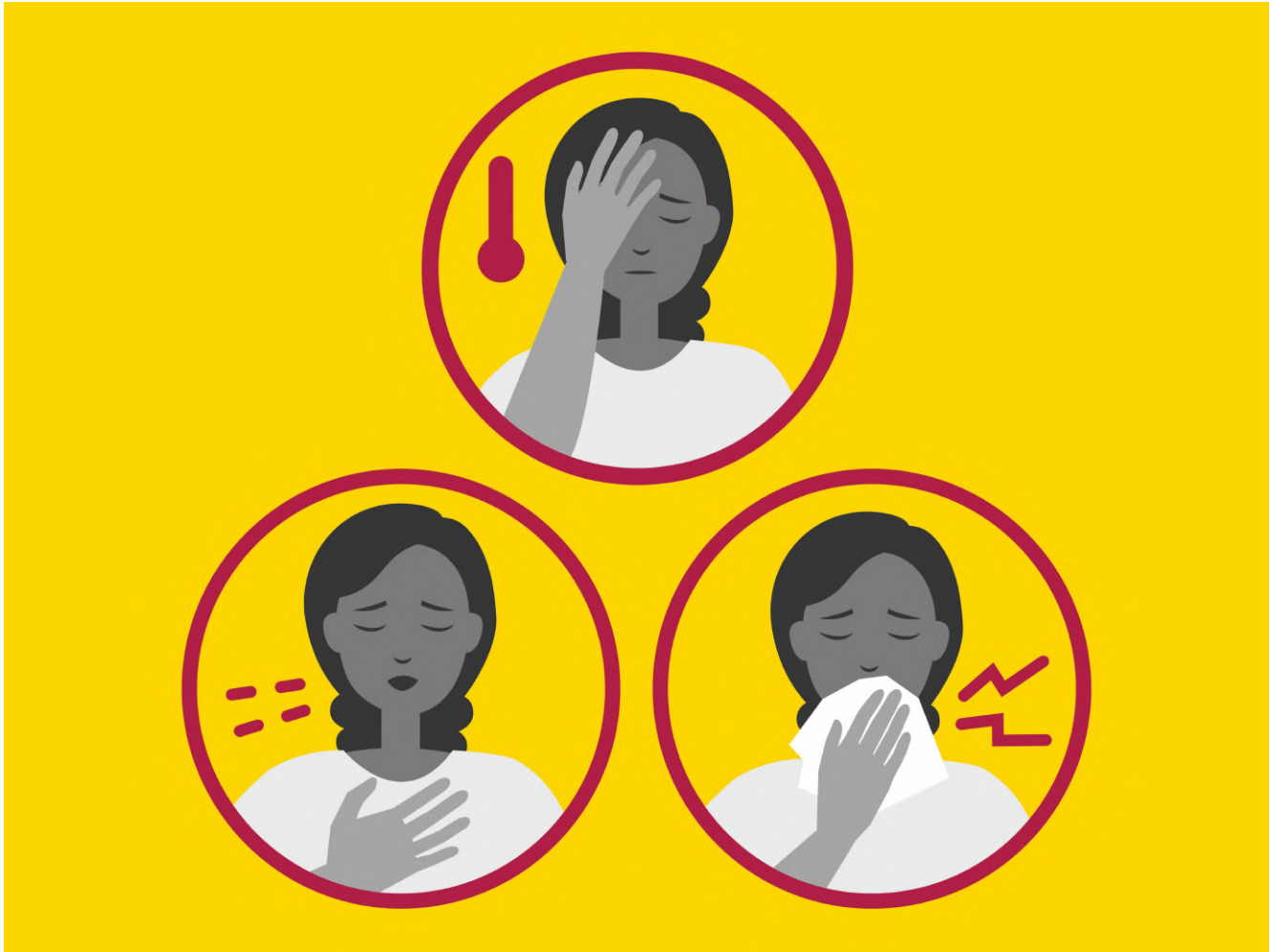
À cause de la pandémie de Covid-19, les enfants sont nombreux à passer plus de temps en ligne que d'habitude. Pour assurer leur sécurité en ligne, aidez-les à utiliser des mots de passe sûrs et veillez à ce qu'ils ne publient pas d'informations personnelles. Demandez-leur de vous dire si un étranger cherche à lier connaissance avec eux ou si quelque chose les contrarie.

tearfund

learn.tearfund.org

✉ publications@tearfund.org

Siège social : Tearfund, 100 Church Road, Teddington, TW11 8QE, Royaume-Uni. Enregistrée en Angleterre sous le numéro 994339. Une société limitée par garantie. Association caritative enregistrée sous les numéros 265464 en Angleterre et au pays de Galles et SC037624 en Écosse. Image: Tearfund



Connaissez les symptômes

Si vous avez de la fièvre, que vous toussiez ou que vous avez du mal à respirer, vous avez peut-être la Covid-19. Suivez les conseils de votre centre de santé ou médecin local. Il est susceptible de vous demander de rester chez vous et d'éviter tout contact avec les autres si vos symptômes sont légers.

tearfund

learn.tearfund.org

✉ publications@tearfund.org

Siège social : Tearfund, 100 Church Road, Teddington, TW11 8QE, Royaume-Uni. Enregistrée en Angleterre sous le numéro 994339. Une société limitée par garantie. Association caritative enregistrée sous les numéros 265464 en Angleterre et au pays de Galles et SC037624 en Écosse. Image: Tearfund



Toussez ou éternuez dans un mouchoir en papier

Les gouttelettes provenant d'une personne infectée peuvent se déplacer dans l'air et infecter une autre personne. Vous couvrir la bouche et le nez avec un mouchoir pour capturer ces gouttelettes contribue à freiner la propagation du virus. Jetez immédiatement le mouchoir utilisé. Si vous n'avez pas de mouchoir, tousez ou éternuez dans le pli de votre coude.

tearfund

learn.tearfund.org

✉ publications@tearfund.org

Siège social : Tearfund, 100 Church Road, Teddington, TW11 8QE, Royaume-Uni. Enregistrée en Angleterre sous le numéro 994339. Une société limitée par garantie. Association caritative enregistrée sous les numéros 265464 en Angleterre et au pays de Galles et SC037624 en Écosse. Image: Tearfund



Lavez-vous les mains avec du savon pendant au moins 20 secondes

Le lavage fréquent des mains avec du savon et de l'eau ou du gel hydroalcoolique est la manière la plus efficace de vous protéger et

tearfund

learn.tearfund.org

✉ publications@tearfund.org

Siège social : Tearfund, 100 Church Road, Teddington, TW11 8QE, Royaume-Uni. Enregistrée en Angleterre sous le numéro 994339. Une société limitée par garantie. Association caritative enregistrée sous les numéros 265464 en Angleterre et au pays de Galles et SC037624 en Écosse. Image: Tearfund