

COVID 19 INTELLIGENT

Nous avons appris à économiser l'eau, nous avons appris à nous comporter face à l'exposition au soleil torride, Nous pouvons et devons apprendre à nous comporter intelligemment face au Covid19.

1 Vous Doutez – Pas de Doute

Si vous ne vous sentez pas bien, même si vous ne présentez pas de symptômes, VOUS ne rencontrez pas d'autres personnes jusqu'à ce que vous vous sentiez bien. Même s'il y a 99% de chances que votre état ne soit pas dû au Covid19. Pas de Doute – Vous restez à La maison.



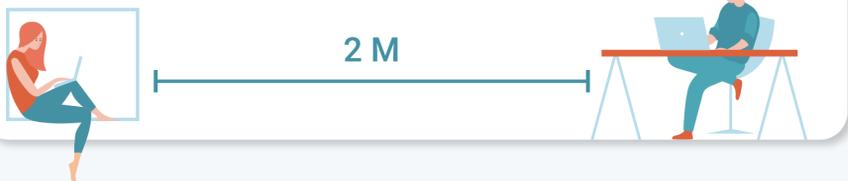
2 Plus Sûr, Dehors

Chaque rencontre, réunion, mariage, prière, restaurant, café, activités physiques – Plus Sur Dehors : parcs, balcons, jardins et autres. Année 2020: Nous continuons à être actifs mais dehors.



3 Plus Sûr – Plus Loin

Dans une rencontre en groupe, à l'école, à la faculté, pendant la prière, à la plage, Prendre ses distances- se parler, à distance d'au moins 2 mètres. Dans les réunions, disposer les chaises telles que nous nous protégeons les uns les autres et nous nous protégeons nous même.



4 Faire Plus Online (Internet)

En cette période, nous avons les outils pour faire beaucoup d'activités Online (Internet): rencontres de travail, télétravail, activités culturelles, Achats et autres.



5 Plus sûr, de limiter le nombre de participants

Pouvons nous organiser les rencontres avec moins de participants? Organiser des réunions en plus petits groupes? Nous pouvons découvrir qu'il est possible de faire beaucoup en petits groupes. Il ne faut pas se vexer, nous vous protégeons.



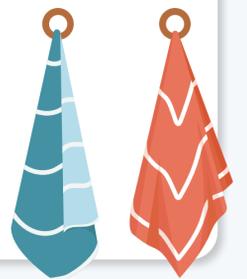
6 Plus Sûr avec le Coude

Se serrer les mains: C'est PASSE Reportons les baisers et les étreintes avec les grands parents à une autre date. Pendant cette période prenons des habitudes nouvelles comme celle de se saluer avec le coude.



7 Plus Sûr de Séparer

En cette période du Covid19 nous SEPARONS : Nous ne mangeons pas dans la même assiette Nous ne buvons pas dans le même verre A chacun ses couverts personnels A chacun ses serviettes personnelles.



8 Plus Sûr, c'est de se Protéger

Nous pouvons infecter les autres alors que nous ne savons pas que nous sommes contagieux. Le masque protège ceux qui sont autour de vous. Il est important de porter un masque particulièrement dans les endroits fermés: ascenseur, magasins, dispensaires, parkings, bureau. Si nous protégeons les autres ils nous protégeront nous.



9 Mains Propres – Plus Sûr

Le covid19 est transmis par le contact. Se laver les mains, Utiliser Alkogel, Prendre conscience de ne pas se toucher le visage, le nez, la bouche, Gestes qui peuvent nous aider à ne pas introduire le covid19 dans notre corps.



10 Covid19 pas sur le compte d'une vie saine

Le Covid19 est dangereux cependant il est crucial de prendre conscience que d'autres problèmes de santé peuvent être présents: Continuer de consulter son médecin si besoin est, Faire du sport, Manger de manière saine, Continuer la vie le plus sainement possible.



Notre comportement correct et adapté nous permettra de vaincre le Covid19

C'EST DANS NOS MAINS