



Fédération Nationale

Sport en Milieu Rural

# COVID-19

## **VOUS AVEZ ÉTÉ EN CONTACT AVEC UN MALADE TOUCHÉ PAR LE CORONAVIRUS OU VOUS REVENEZ D'UNE ZONE À RISQUE DE TRANSMISSION DE COVID-19 ?**

**En l'absence de signes d'infection respiratoire :**



**Surveillez votre température 2 fois par jour pendant 14 jours**



**Couvrez-vous la bouche et le nez et changez de protection toutes les 3 heures**



**Lavez-vous les mains aussi souvent que possible avec du savon ou du gel hydro-alcoolique**

**En cas de signes d'infection respiratoire avec fièvre ou sensation de fièvre :**



**Isolez-vous et contactez un centre de soins**

