



Ottawa's health
is in **your hands**

La santé d'Ottawa
est entre **VOS mains**

Help prevent the spread of germs

- ⇒ Wash your hands with soap and water, or use hand sanitizer
- ⇒ Cover your coughs and sneezes with a tissue or your arm, not your hand
- ⇒ Stay at home if you are sick
- ⇒ Get immunized

Aidez à prévenir la propagation des germes

- ⇒ Lavez vos mains avec de l'eau et du savon ou utilisez un désinfectant à base d'alcool
- ⇒ Toussez et éternuez dans un mouchoir ou dans votre manche et non dans vos mains
- ⇒ Restez à la maison si vous êtes malade
- ⇒ Faites-vous vacciner