

# COVID-19

## Attention à votre santé en voyage

Évitez ces modes de déplacement si vous êtes aux prises avec la fièvre ou une toux.



Consommez uniquement des aliments bien cuits.



Évitez de cracher en public.



Évitez les contacts rapprochés et les déplacements en compagnie des animaux, en particulier dans les marchés.



Lorsque vous tousez et éternuez, couvrez votre bouche et votre nez avec un papier-mouchoir ou faites-le dans votre coude. Jetez le papier-mouchoir dans un bac fermé immédiatement après l'avoir utilisé et nettoyez vos mains.



Lavez-vous souvent les mains avec une solution à base d'alcool ou avec de l'eau chaude et du savon pendant au moins 20 secondes.



Évitez de toucher vos yeux, votre nez et votre bouche.



Évitez les contacts avec les gens aux prises avec une fièvre ou la toux.



Si vous portez un masque, assurez-vous qu'il recouvre votre bouche et votre nez et ne le touchez pas après l'avoir enfilé. Jetez les masques à usage unique immédiatement après les avoir utilisés et nettoyez-vous les mains après les avoir enlevés.



Dans la mesure du possible, évitez de vous approcher des autres voyageurs. Si vous tombez malade en voyage, avisez un membre de l'équipage ou un employé au sol.



Consultez rapidement un médecin si vous êtes malade et décrivez votre expérience à votre fournisseur de soins de santé.



International  
Chamber of Shipping

Shaping the Future of Shipping