**Suggestions de bulletins pour les écoles secondaires**

**Sécurité personnelle et prévention des blessures – Maladies transmissibles**

**Restez en santé durant l’année scolaire!**

Le rhume et la grippe se propagent facilement d’une personne à l’autre. Ces germes peuvent se transmettre directement d’une personne à l’autre lorsque quelqu’un tousse ou éternue, ou indirectement lorsqu’une personne touche une surface dure infectée, comme les poignées de porte, les bureaux, les claviers, ou les papiers-mouchoirs humides. Ces germes peuvent ensuite pénétrer dans l’organisme par les yeux, le nez ou la bouche.

Le meilleur moyen d’éviter de tomber malade et de prévenir la propagation des germes est de se laver les mains avec de l’eau tiède et du savon au moins 15 secondes. Si vos mains ne sont pas visiblement sales, vous pouvez vous les frotter avec un désinfectant à base d’alcool pendant 15 secondes. Toussez ou éternuez dans un papier-mouchoir, dans votre manche ou le creux de votre bras et restez à la maison si vous ne vous sentez pas bien. Enseignez à vos enfants à faire de même!

Pour obtenir d’autres conseils sur la façon de garder votre famille en santé durant l’année scolaire, appelez *Connexion santé au* 1-877-721-7520. Les services téléphoniques sont offerts en français sur demande.