

Autres recommandations importantes !



Notre communauté va maintenant appliquer la pratique de "pas de poignée de main". Nous encourageons tout le monde à suivre l'exemple du "signe de la main de Gordon Mills".



Renforcez votre système immunitaire !

- Prenez de la vitamine C tous les jours
- Manger sainement
- Faites de l'exercice quotidiennement
- Dormez suffisamment!