

**En quarantaine,
comment ne pas jeter
trop d'aliments ?**

- Vérifier la date d'expiration des produits alimentaires avant de les stocker et de les utiliser.
- Ranger les aliments en conserve, ou en boîte, par ordre décroissant de leur date limite conseillée d'utilisation dans le sens arrière-avant. Les utiliser en partant de la date la plus proche à la date la plus éloignée.
- Acheter en vrac les pommes de terre, oignons, ails, carottes, betteraves, brocolis et pommes. Ils sont naturellement moins périssables que les autres légumes et fruits.
- Les carottes, betteraves, brocolis, choux, pommes, et légumes verts feuillus se conservent mieux au réfrigérateur.
- Pour les tomates, concombres et légumes verts feuillus, procéder à la consommation de ceux qui périssent le plus vite. Exemple : la laitue avant le chou, etc.



**Est-ce que le fait
de consommer des
boissons alcoolisées à
raison de 2-3 verres/
jour (Ex : vin, bière,
whisky) peut prévenir
contre le COVID-19 ?**

- La consommation de quantités excessives de boissons alcoolisées est fortement déconseillée pendant la pandémie du COVID-19. Un certain nombre d'études a montré qu'une consommation excessive d'alcool peut affaiblir le système immunitaire et rendre plus vulnérable à la pneumonie.
- De même, l'alcool favorisant la convivialité, augmente l'interaction sociale, ce qui doit être évité en cas d'épidémie.

**Est-ce que l'eau potable
peut être contaminée
par le COVID-19 ?**

- A ce jour le virus COVID-19 n'a pas été détecté dans l'eau potable.