

Contribuez à réduire la propagation de la COVID-19

Alors que la COVID-19 continuera à se propager à différents niveaux dans nos collectivités, il est important de :



vous assurer que votre vaccination contre la COVID-19 est à jour



porter attention aux alertes et aux signaux de la santé publique dans votre région



réfléchir aux risques et prendre des décisions éclairées sur l'utilisation des mesures de santé publique individuelles



consulter les conseils aux voyageurs de même que les avertissements et les avis de santé avant de voyager

La combinaison de mesures de santé publique individuelles vous aide à vous protéger et à protéger les autres contre la COVID-19.



Restez à la maison lorsque vous êtes malade ou présentez des symptômes similaires à ceux de la COVID-19, même s'ils sont légers.

Des tests rapides peuvent être utilisés pour déterminer rapidement si vous avez la COVID-19, afin que vous puissiez vous isoler si le résultat est positif.



Portez un respirateur ou un masque bien ajusté dans les lieux publics intérieurs, même si ce n'est pas obligatoire.



Améliorez la ventilation intérieure dans votre domicile ou lieu de cohabitation.

Ouvrez régulièrement les portes et les fenêtres, si possible, même si ce n'est que pour quelques minutes à la fois.

Assurez-vous que votre système de chauffage, de ventilation et de climatisation (CVC) est correctement installé et entretenu et qu'il est fonctionnel.



Toussez et éternuez dans un mouchoir en papier ou dans le pli du coude, et non dans vos mains, si vous ne portez pas de masque.

Jetez les mouchoirs utilisés dans une poubelle doublée de plastique et lavez-vous les mains immédiatement.



Nettoyez-vous les mains régulièrement.

Lavez-vous les mains avec de l'eau et du savon pendant au moins 20 secondes.

Utilisez un désinfectant pour les mains contenant au moins 60% d'alcool.



Nettoyez et désinfectez les surfaces et les objets fréquemment touchés à l'aide des produits approuvés.

Pour plus d'information :  1-833-784-4397

 Canada.ca/le-coronavirus



Gouvernement du Canada

Government of Canada

Canada