

CONTRIBUEZ À RÉDUIRE LA PROPAGATION DE LA COVID-19

PRENEZ CES MESURES POUR RÉDUIRE LA PROPAGATION DE LA MALADIE À CORONAVIRUS (COVID-19) :



suivez les conseils de votre **autorité locale de santé publique**



lavez vos mains fréquemment avec de l'eau et du savon pendant au moins 20 secondes



utilisez un désinfectant pour les mains à base d'alcool (au moins 60 % d'alcool) **ou un désinfectant pour les mains sans alcool approuvé** lorsqu'il n'y a pas d'eau et de savon sur place



évitiez de vous toucher les yeux, le nez ou la bouche



évitiez les contacts rapprochés avec des personnes malades et pratiquez la distance physique



toussez et éternuez dans le creux de votre bras et non dans vos mains



restez à la maison autant que possible et si vous devez sortir, assurez-vous de respecter les consignes **d'éloignement physique** (environ deux mètres)

SYMPTÔMES

Les **symptômes** de la COVID-19 peuvent être très faibles ou graves, et leur apparition peut survenir jusqu'à 14 jours après l'exposition au virus. Les symptômes les plus communs sont :



FIÈVRE



TOUX



DIFFICULTÉ À RESPIRER

SI VOUS PRÉSENTEZ DES SYMPTÔMES



Restez à la maison et **isolez-vous** pour éviter de transmettre la maladie à d'autres.



Évitiez de visiter des personnes âgées ou des personnes ayant des problèmes de santé, car elles sont plus susceptibles de développer une maladie grave.



Téléphonez avant de vous rendre chez un professionnel de la santé ou appelez votre autorité locale de santé publique.



Si votre état s'aggrave, appelez immédiatement votre professionnel de la santé ou votre autorité de santé publique et suivez ses instructions.

POUR PLUS DE RENSEIGNEMENTS SUR LA COVID-19 :

☎ 1-833-784-4397

@ canada.ca/le-coronavirus

