

COVID-19 | FREINER la propagation

COMMENT VOUS PROTÉGER ET PROTÉGER LES AUTRES

- **LAVEZ-VOUS LES MAINS** souvent avec de l'eau et du savon pendant au moins 20 secondes.
- **ÉVITEZ** de vous toucher le visage.
- **NE SALUEZ PAS** les gens avec une poignée de main, un baiser ou une accolade.
- **LIMITEZ** les contacts avec des groupes et la proximité des gens, surtout ceux qui sont malades (restez à au moins 2 mètres).
- **ANNULEZ** tous les voyages internationaux et non essentiels.
- **NETTOYEZ** fréquemment les objets et les surfaces souvent touchés.
- **PORTEZ** un masque non médical quand l'éloignement physique est (potentiellement) impossible.

SYMPTÔMES À SURVEILLER



FIÈVRE



TOUX



MAL DE GORGE



DIFFICULTÉ À RESPIRER*

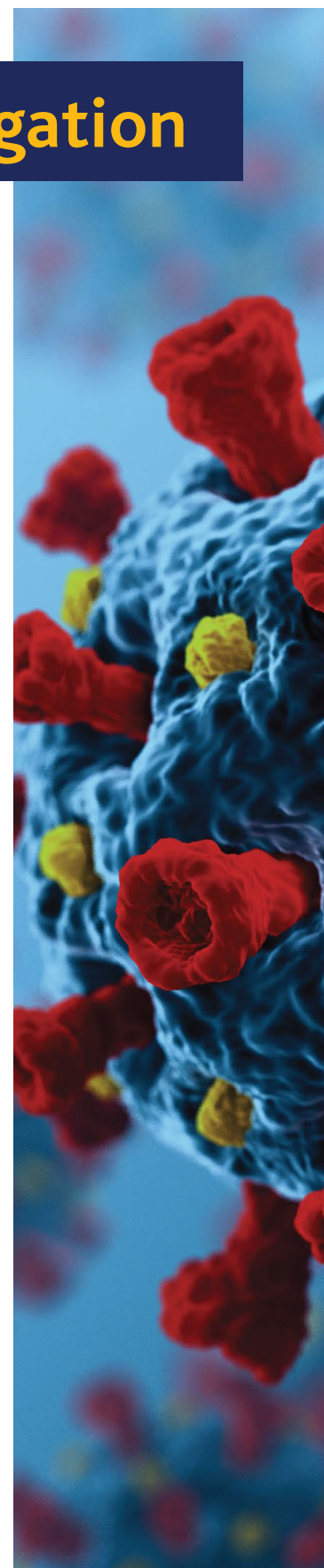
SI VOUS ÊTES MALADE

- **RESTEZ** à la maison (même si vos symptômes sont légers).
- **TOUSSEZ** et **ÉTERNUEZ** dans le creux de votre coude.
- **UTILISER** l'outil d'auto-évaluation des symptômes (ca.thrive.health/covid19/fr).
- **SUIVEZ** les recommandations des autorités sanitaires.

Gardez vos distances, freinez la propagation

Pour en savoir plus, visitez le canada.ca/coronavirus.

* D'autres symptômes peuvent aussi indiquer la présence de la COVID-19.



ASSOCIATION
MÉDICALE
CANADIENNE



CANADIAN
MEDICAL
ASSOCIATION