

ARRÊTEZ LA PROPAGATION



La prévention des maladies respiratoires est similaire. Pour aider à prévenir les infections :

RESTEZ À JOUR AVEC LES VACCINS CONTRE LE COVID-19 ET LA GRIPPE.



RESTEZ À LA MAISON LORSQUE VOUS VOUS SENTEZ MALADE.

RENSEIGNEZ-VOUS AUPRÈS DE VOTRE MÉDECIN SUR LES OPTIONS DE TEST ET DE TRAITEMENT.



PRATIQUEZ UNE BONNE HYGIÈNE DES MAINS.

LAVEZ-VOUS SOUVENT LES MAINS AVEC DE L'EAU ET DU SAVON PENDANT AU MOINS 20 SECONDES.



NETTOYEZ ET DÉSINFECTEZ SOUVENT LES SURFACES FRÉQUEMMENT TOUCHÉES.



COUVREZ-VOUS LE NEZ ET LA BOUCHE.

UTILISEZ UN MOUCHOIR LORSQUE VOUS TOUSSEZ OU ÉTERNUEZ.



PENSEZ À PORTER UN MASQUE BIEN AJUSTÉ DANS LES ESPACES INTÉRIEURS BONDÉS.

