

MESURES QUI S'ADRESSENT À TOUT LE MONDE

CHAQUE PERSONNE A UN RÔLE À JOUER AFIN DE DIMINUER LES RISQUES DE PROPAGATION DES VIRUS.

- Lavez-vous les mains souvent à l'eau tiède courante et au savon pendant au moins 20 secondes. Si vous n'avez pas accès à de l'eau et du savon, utilisez un désinfectant à base d'alcool.
- Observez les règles d'hygiène lorsque vous tousssez ou éternuez :
 - Couvrez-vous la bouche et le nez avec votre bras afin de réduire la propagation des germes.
 - Si vous utilisez un mouchoir en papier, jetez-le dès que possible et lavez-vous les mains par la suite.
- Si vous êtes malade, évitez le contact avec les personnes plus vulnérables, dont les personnes âgées de 70 ans et plus, et les personnes ayant une maladie chronique.
- Éviter le contact direct pour les salutations, comme les poignées de main, et privilégier l'usage de pratiques alternatives.

LES MASQUES

Les masques ne constituent pas un outil de protection efficace pour la population générale. Leur utilisation est indiquée pour les patients chez qui une infection est suspectée ainsi que pour les professionnels de la santé qui les soignent.

Au sujet du port du masque, vous pouvez visionner le message du Dr Horacio Arruda, directeur national de la Santé publique du Québec.

FIÈVRE, TOUX, INQUIÉTUDE

Si vous présentez de la toux ou de la fièvre, ou si éprouvez de l'inquiétude ou de l'anxiété par rapport au coronavirus, appelez sans frais, le **1 877 644-4545**.

(Source : Ministère de la Santé et des Services sociaux)