

Maladie à coronavirus 2019 (COVID-19)

Comment s'auto-isoler

Suivez les conseils que vous avez reçus de votre fournisseur de soins de santé. Si vous avez des questions, ou si vous commencez à vous sentir plus mal, communiquez avec votre fournisseur de soins de santé, Télésanté Ontario (1 866 797-0000) ou votre bureau de santé publique local.

Restez chez vous

- N'utilisez pas les transports publics, les taxis ou le covoiturage.
- N'allez pas au travail, à l'école ou dans les lieux publics.
- Votre fournisseur de soins de santé ou bureau de santé publique vous dira lorsque vous pourrez sortir de façon sécuritaire.



Limitez le nombre de visiteurs à votre domicile

- Recevez uniquement les visiteurs que vous devez voir et faites en sorte que les visites soient brèves.
- Ne vous approchez pas des personnes âgées et des personnes atteintes de maladies chroniques (p. ex., diabète, problèmes pulmonaires, déficience immunitaire).



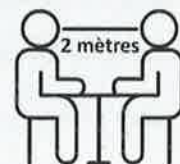
Évitez les contacts avec les autres

- Restez autant que possible dans une pièce séparée, loin des autres personnes de votre domicile, et utilisez une salle de bain distincte si cela est possible.
- Veillez à ce que les pièces partagées soient bien ventilées (p. ex., en ouvrant les fenêtres).



Gardez vos distances

- Portez un masque qui couvre le nez et la bouche et gardez une distance d'au moins deux mètres lorsque vous êtes dans une pièce avec d'autres personnes.
- Si vous ne pouvez porter de masque, les autres personnes doivent en porter un lorsqu'elles sont dans la même pièce que vous.

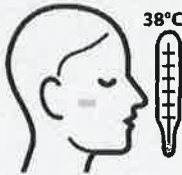


Maladie à coronavirus 2019 (COVID-19)

Comment s'autosurveiller

Suivez les conseils que vous avez reçus de votre fournisseur de soins de santé.
Si vous avez des questions, ou si vous commencez à vous sentir plus mal, communiquez avec votre fournisseur de soins de santé, Télésanté Ontario (1 866 797-0000) ou votre bureau de santé publique.

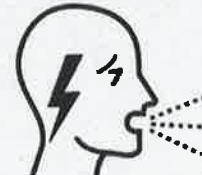
Surveillez les symptômes pendant 14 jours après une exposition



Fièvre



Toux



Difficulté à respirer

Évitez les lieux publics

- Évitez les lieux publics et les endroits où vous ne pouvez pas vous séparer facilement des autres si vous devenez malade.

Ce que vous devez faire si vous présentez ces symptômes ou tout autre symptôme.

- Isolez-vous immédiatement et contactez votre bureau de santé publique et votre fournisseur de soins de santé.
- Pour vous isoler, vous aurez besoin de ce qui suit :
 - des directives sur la façon de vous isoler;
 - une réserve de masques d'intervention ou de masques chirurgicaux; (assez pour 14 jours)
 - du savon et de l'eau pour vous laver les mains ou un désinfectant pour les mains à base d'alcool.
- Lorsque vous devez consulter votre fournisseur de soins de santé, évitez d'utiliser les transports en commun, comme le métro, les taxis et le covoiturage. Si cela est inévitable, portez un masque et asseyez-vous à l'arrière.

**Communiquez avec votre bureau
de santé publique**

Pour en savoir plus sur le virus

Le COVID-19 est un nouveau virus. Il se propage par les gouttelettes respiratoires d'une personne infectée à d'autres personnes avec lesquelles elle a des contacts étroits, comme les personnes qui vivent ensemble ou qui fournissent des soins.

Vous pouvez aussi consulter des renseignements à jour sur le COVID-19 sur le site Web du ministère de la Santé :

<https://www.ontario.ca/fr/page/nouveau-coronavirus-2019>

Renseignements à jour au 14 février 2020

© Imprimeur de la Reine pour l'Ontario, 2020

Maladie à coronavirus 2019 (COVID-19)

Nettoyage et désinfection des lieux publics

Ce document fournit des conseils sur le nettoyage et la désinfection des lieux publics, y compris les écoles, les transports en commun, les collèges et universités et autres lieux de travail en Ontario. Pour obtenir plus de renseignements, veuillez communiquer avec votre bureau de santé publique local.

Ce que vous devez savoir

- Les produits de nettoyage et désinfectants couramment utilisés sont efficaces contre la COVID-19.
- Les surfaces fréquemment touchées sont les plus susceptibles d'être contaminées.
- Seuls les désinfectants ayant un numéro d'identification de médicament (DIN) doivent être utilisés. Un DIN est un numéro à huit chiffres qui est attribué par Santé Canada et qui confirme que l'usage du produit est approuvé au Canada.
- La date d'expiration des produits doit être vérifiée et les directives du fabricant doivent toujours être suivies.

Nettoyez deux fois par jour les surfaces fréquemment touchées

- En plus du nettoyage régulier, les surfaces qui sont fréquemment touchées avec les mains doivent être nettoyées et désinfectées deux fois par jour et lorsqu'elles sont visiblement souillées.
- Il s'agit par exemple des poignées de porte, des boutons d'ascenseur, des interrupteurs d'éclairage, des poignées de toilettes, des comptoirs, des mains courantes, des surfaces d'écran tactile et des claviers.
- En plus du nettoyage régulier, vérifiez avec votre organisation afin de savoir s'il existe un protocole particulier pour le nettoyage lié au virus de la COVID-19.

