

À PROPOS DE LA MALADIE À CORONAVIRUS (COVID-19)

CE DONT IL S'AGIT

La COVID-19 est une maladie causée par un coronavirus.

Les coronavirus humains sont communs et causent habituellement des maladies bénignes qui ressemblent au rhume.

PROPAGATION

Les coronavirus sont le plus souvent transmis par une personne infectée des façons suivantes :

- ▶ gouttelettes respiratoires générées lorsqu'elle tousse ou éternue;
- ▶ contact personnel étroit, comme un contact direct ou une poignée de main;
- ▶ contact avec une surface, suivi du contact par une autre personne avec la surface infectée, puis du contact de la main avec la bouche, le nez ou les yeux avant de se laver les mains.

Nous n'avons pas connaissance que ces virus puissent se transmettre par les systèmes de ventilation ou se propager dans l'eau.

SI VOUS AVEZ DES SYMPTÔMES

Si vous avez des symptômes de la COVID-19, c'est-à-dire de la fièvre, une toux ou de la difficulté à respirer :

- ▶ restez chez vous (**en isolement**) pour éviter d'infecter d'autres personnes :
 - si vous ne vivez pas seul, isolez-vous dans une pièce ou maintenez une distance de deux mètres avec les autres personnes;
- ▶ avant de vous rendre auprès d'un professionnel de la santé, appelez-le ou appelez votre **autorité de santé publique locale** :
 - informez de vos symptômes la personne à qui vous parlerez, puis suivez ses instructions;
- ▶ si vous avez besoin de soins médicaux immédiats, composez le 911 et informez de vos symptômes la personne qui vous répondra.

SYMPTÔMES

Les symptômes peuvent être très bénins ou plus graves. Jusqu'à 14 jours peuvent séparer l'exposition au virus et l'apparition des symptômes.



FIÈVRE



TOUX



DIFFICULTÉ À RESPIRER

PRÉVENTION

Voici les meilleures façons de prévenir la transmission des infections :



- ▶ pratiquez l'**éloignement physique** en tout temps;



- ▶ si vous êtes malade, restez chez vous pour éviter d'infecter d'autres personnes;



- ▶ lavez-vous souvent les mains avec de l'eau et du savon pendant au moins 20 secondes;



- ▶ évitez de vous toucher les yeux, le nez et la bouche, en particulier sans vous être d'abord lavé les mains;



- ▶ évitez les contacts rapprochés avec des personnes malades;



- ▶ lorsque vous tousssez ou éternuez :
 - couvrez-vous la bouche et le nez avec le bras ou un mouchoir en papier afin de réduire la propagation des germes;



- etez immédiatement tout mouchoir que vous auriez utilisé dans une poubelle, puis lavez-vous les mains;



- ▶ nettoyez et désinfectez régulièrement les objets et les surfaces que vous manipulez ou touchez, comme les jouets, les appareils électroniques et les poignées de porte;



- ▶ portez un **masque non médical** ou un **couvre-visage** (c.-à-d. **fabriqué** pour couvrir complètement le nez et la bouche et bien ajusté au visage, tenu en place grâce à des attaches derrière les oreilles ou des cordons derrière la tête et le cou) pour protéger les personnes et surfaces qui vous entourent.

POUR PLUS DE RENSEIGNEMENTS, CONSULTEZ :

☎ 1-833-784-4397 @ canada.ca/le-coronavirus

