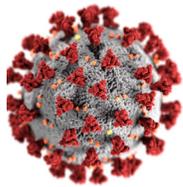


# Ce que vous devriez savoir à propos du COVID-19 pour vous protéger et protéger les autres



## Connaître le COVID-19

- Le coronavirus (COVID-19) est une maladie provoquée par un virus pouvant se propager d'une personne à l'autre.
- Le virus provoquant le COVID-19 est un coronavirus nouveau qui s'est propagé à travers le monde.
- Les symptômes de COVID-19 peuvent être modérés (ou absents) ou graves.



## Comment le COVID-19 se propage-t-il ?

- Vous pouvez être infecté(e) en étant à proximité (à distance de 2 mètres ou de deux bras environ) d'une personne atteinte du COVID-19. Le COVID-19 se propage essentiellement d'une personne à l'autre.
- Vous pouvez devenir infecté(e) en respirant les fines gouttes émises par une personne infectée qui tousse, éternue ou parle.
- Vous pouvez aussi contracter le virus en touchant une surface ou un objet contaminé, puis en vous touchant la bouche, le nez ou les yeux.



## Se protéger et protéger les autres du COVID-19

- Il n'existe aujourd'hui aucun vaccin protégeant du COVID-19. La meilleure façon de vous protéger est d'éviter de vous exposer au virus causant le COVID-19.
- Restez à la maison autant que vous le pouvez et évitez le contact rapproché avec d'autres personnes.
- Couvrez-vous la bouche et le nez avec un linge en tissu lorsque vous êtes dans un lieu public.
- Nettoyez et désinfectez fréquemment les surfaces touchées.
- Lavez-vous régulièrement les mains à l'eau et au savon pendant au moins 20 secondes, ou utilisez un désinfectant à base d'alcool pour les mains contenant au moins 60 % d'alcool.



## Pratiquez la distanciation sociale

- Faites vos courses, commandez vos médicaments, communiquez avec votre médecin et effectuez vos activités bancaires en ligne autant que possible.
- Si vous devez vous rendre quelque part en personne, restez à au moins 2 mètres des autres et désinfectez les objets que vous touchez.
- Faites-vous livrer, achetez à emporter et limitez le contact physique autant que possible.



## Évitez de propager le COVID-19 si vous êtes malade

- Si vous êtes malade, restez chez vous et ne sortez que pour obtenir des soins médicaux.
- Évitez les transports en communs, le covoiturage et les taxis.
- Tenez-vous éloigné(e) des autres personnes et des animaux présents chez vous.
- Il n'existe pas de traitement spécifique contre le COVID-19, mais vous pouvez consulter un médecin pour aider à atténuer vos symptômes.
- Si vous avez besoin de voir un médecin, appelez à l'avance.



## Connaissez votre risque de maladie grave

- Chacun(e) risque de contracter le COVID-19.
- Les personnes plus âgées, ainsi que les personnes de tout âge souffrant de pathologies sous-jacentes graves, peuvent avoir un risque plus élevé de souffrir d'une maladie plus sévère.

