

COVID-19

FEUILLET D'INFORMATION

Mesures préventives recommandées pour les personnes avec des symptômes similaires à ceux du rhume ou de la grippe sans autres facteurs de risques

Pour la durée de vos symptômes, protégez les autres en :

- Restant isolé à la maison autant que possible;
- Évitant les visites aux personnes plus à risque (les personnes âgées, les personnes avec maladies chroniques comme le diabète ou les maladies respiratoires, et les personnes immunosupprimées comme les patients sous chimiothérapie);
- Vous lavant les mains souvent;
 - Se laver fréquemment les mains avec de l'eau et du savon pour une durée d'au moins 20 secondes,
 - Utiliser un désinfectant pour les mains à base d'alcool si l'eau et le savon ne sont pas disponibles.
- Vous couvrant la bouche et le nez avec le pli de votre coude lorsque vous toussiez ou éternuez, ou avec un mouchoir que vous devriez jeter immédiatement.

Pour désinfecter les objets autour de vous:

- Utilisez des produits ménagers usuels ou de l'eau de javel diluée (1 part d'eau de javel pour 9 parts d'eau).
- Nettoyez les surfaces qui sont fréquemment touchées.
- Vous pouvez utiliser des détergents réguliers pour laver vos vêtements, à l'eau chaude.
- Vous pouvez utiliser du savon à vaisselle régulier pour laver votre vaisselle.