

Vous sortez? Faites-le en toute sécurité.

Plus que jamais, vos actions comptent.

Faites les bons choix



Restez à la maison, loin des autres, si vous êtes malade ou si vous avez reçu l'ordre de vous mettre en isolement ou en quarantaine.



Pensez à votre niveau de risque personnel, surtout si vous êtes susceptibles de présenter une forme grave ou d'avoir des complications de la COVID-19.



Évitez les espaces clos (mal ventilés), et les lieux bondés où se trouvent des personnes qui ne font pas partie de votre ménage.



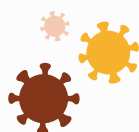
Pensez au niveau de risque des membres de votre ménage.



Respectez les consignes de santé publique et les mesures propres à chaque milieu.



Pensez à l'incidence de l'isolement ou de la quarantaine sur votre gagne-pain et vos circonstances personnelles.



Pensez à la propagation de la COVID-19 dans votre collectivité, y compris les variants préoccupants.



Songez à limiter votre consommation d'alcool ou d'autres substances qui pourraient altérer votre jugement et réduire votre capacité à suivre les consignes de santé publique.

Soyez COVID avisé

Pendant que les campagnes de vaccination se déploient au Canada, continuez de choisir des activités et des environnements à faible risque afin de vous protéger et protéger les autres. La vaccination contribuera à votre protection, mais pour le moment elle ne remplace pas les autres mesures de santé publique à elle seule, notamment les pratiques préventives personnelles.



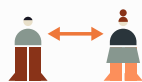
Le risque est **moindre** quand



Vous n'entrez en contact étroit qu'avec les membres de votre ménage.



Vous restez à l'extérieur lorsque vous êtes en compagnie de personnes qui ne font pas partie de votre ménage.



Vous ainsi que votre entourage respectez les pratiques préventives personnelles : interactions réduites au minimum, aussi brèves que possible en maximisant l'éloignement physique, port du masque et désinfection des mains ou lavage des mains avec de l'eau et du savon.



Le milieu a mis en place de nombreuses mesures de santé publique pour réduire la propagation de la COVID-19. Cette démarche est d'autant plus importante avec la propagation des variants préoccupants.



Le lieu est bien ventilé; un système de ventilation ou des portes et/ou des fenêtres ouvertes permettent la circulation d'air frais.



Le risque est **élevé** quand



Vous augmentez vos contacts étroits avec des personnes qui ne font pas partie de votre ménage.



Vous passez du temps à l'intérieur dans des espaces clos (mal ventilés) et des lieux bondés avec des personnes qui ne font pas partie de votre ménage.



Vous ou votre entourage NE respectez PAS les pratiques préventives personnelles; les interactions NE sont PAS rares ni brèves et AUCUNE démarche pour maximiser l'éloignement physique AUCUN port du masque et l'absence de désinfection ou de lavage des mains.



Le milieu n'a mis en place aucune mesure ou des mesures limitées en matière de santé publique pour aider à réduire la propagation de la COVID-19 et des variants préoccupants.



Le lieu est mal ventilé; il n'y a pas de système de ventilation ou il est impossible d'ouvrir les portes et/ou les fenêtres.

N'oubliez pas : Les choses peuvent évoluer, une situation comportant un faible risque peut devenir une situation plus risquée. Pensez aux risques non seulement avant de sortir, mais aussi PENDANT votre sortie.

En vous protégeant et en protégeant les autres contre la COVID-19, vous pourrez :



Participer en toute sécurité à la société.



Comblent vos besoins en matière de santé physique, sociale et mentale.



Réduire la propagation de la COVID-19 dans votre collectivité.



Vous pouvez aider à limiter la propagation.

Téléchargez l'application Alerte COVID.

Vous pouvez télécharger gratuitement l'application Alerte COVID sur votre appareil mobile à partir de l'App Store ou de Google Play.

Pour en savoir plus sur la COVID-19 :

canada.ca/le-coronavirus

1-833-784-4397



Gouvernement du Canada
Government of Canada

Canada