

# Quoi faire pour vous protéger de la COVID-19 ?



## #RestezChezVous

01. Restez à la maison. Sortez seulement pour des besoins essentiels ou pour prendre une marche en restant loin des autres personnes.
02. N'invitez pas d'amis chez vous.
03. Lavez-vous les mains très souvent.
04. Toussez et éternuez dans le coude ou dans un mouchoir en papier. Jetez le mouchoir dans une poubelle fermée.
05. Nettoyez / désinfectez souvent les objets et surfaces (comptoirs, poignées de porte, téléphones...)
06. Laissez vos chaussures à l'extérieur
07. Si vous avez des symptômes comme de la toux ou de la fièvre ou si vous avez des questions en lien avec votre santé, des problèmes de logement, une perte d'emploi ou d'autres difficultés liées à la COVID-19, composez le **1 877 644-4545**.

La **distanciation sociale** et le **lavage de mains** sont les 2 gestes les **plus importants** pour prévenir le virus et protéger les autres.

Chacun de nous doit **contribuer** en respectant ces consignes essentielles.