

# COUCHES DE PROTECTION

## pour réduire le risque de COVID-19



Surveillez les symptômes. Restez à la maison si vous êtes malade. Suivez les instructions à le site [COVID-19.ontario.ca/fr/expose](https://COVID-19.ontario.ca/fr/expose).



Restez à jour dans vos vaccinations, même si vous avez eu le COVID-19.



Lavez-vous souvent les mains ou utilisez un désinfectant pour les mains.



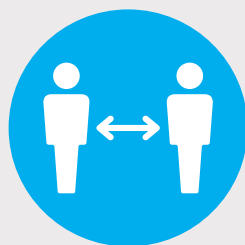
Toussez ou éternuez dans un mouchoir ou dans le creux de votre bras.



Nettoyer souvent les surfaces fréquemment touchées avec des nettoyants ménagers ou désinfectants.



Maintenez les espaces intérieurs bien ventilés (par exemple, ouvrir les fenêtres).



Pratiquer la distanciation physique. Maintenir autant que possible une distance de 2 mètres avec les autres.



Portez un masque bien ajustée lorsque vous êtes dans des espaces publics.