

ISOLEMENT EN PRÉSENCE DE SYMPTÔMES DE LA COVID-19 OU DE LA GRIPPE

RESTEZ CHEZ VOUS

- Si vous avez des symptômes de la COVID-19 ou de la grippe, isolez-vous à la maison.

SONGEZ À SORTIR OU À METTRE FIN À VOTRE ISOLEMENT

- Si vos symptômes s'améliorent depuis au moins 24 heures (48 heures si vous aviez des nausées, des vomissements ou de la diarrhée).
- Si vous n'avez plus de fièvre.
- Si vous n'avez pas de nouveaux symptômes.

LE RETOUR DANS LES LIEUX PUBLICS

Prenez les mesures suivantes jusqu'à ce qu'il se soit écoulé 10 jours depuis l'apparition des symptômes :

- Portez un masque bien ajusté dans tous les lieux publics.
- Évitez les activités non essentielles pour lesquelles il faut retirer son masque (p. ex. repas au restaurant).
- Évitez les visites non essentielles aux personnes immunodéprimées ou à risque élevé de maladies (p. ex. les aînés).
- Évitez les visites non essentielles dans les milieux à risque élevé, comme les hôpitaux et les foyers de soins de longue durée.