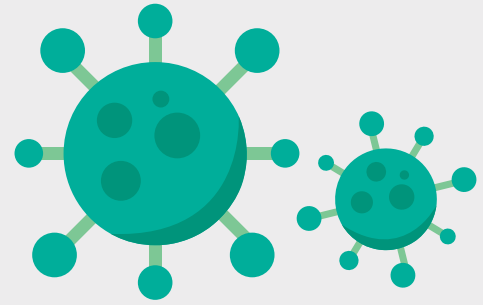


COVID-19

L'auto-isolement : Guide pour les membres du foyer



Important

Si une personne avec qui vous habitez ou à qui vous fournissez des soins est atteinte du virus de la COVID-19, vous êtes considéré comme étant en « contact étroit » avec cette personne. Votre bureau de santé publique local vous indiquera comment les contacter et vous communiquera les consignes particulières sur la manière de surveiller votre propre santé et sur ce qu'il faut faire si vous commencez à vous sentir malade. Veuillez indiquer aux fournisseurs de soins de santé que vous êtes en contact étroit avec une personne atteinte de la COVID-19.

Lavez-vous les mains fréquemment

- Lavez-vous les mains avec du savon et de l'eau à la suite de chaque contact avec la personne infectée.
- Utilisez un désinfectant pour les mains à base d'alcool en l'absence de savon et d'eau.



Portez un masque et des gants

- Portez un masque et des gants lorsque vous êtes en contact avec la salive ou d'autres liquides organiques de la personne infectée (p. ex., sang, sueur, vomi, urine et excréments).



Jetez les gants et le masque après usage

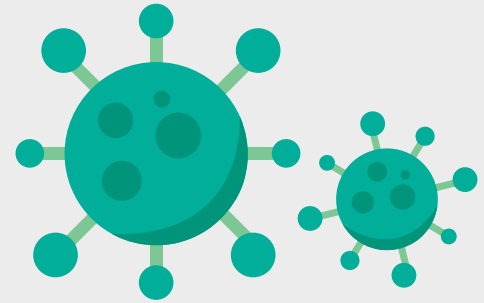
- Enlevez les gants et le masque juste après avoir fourni des soins et jetez-les dans une poubelle doublée d'un sac en plastique.
- Retirez les gants en premier et nettoyez-vous les mains avec de l'eau et du savon avant d'enlever votre masque.
- Lavez-vous à nouveau les mains avec de l'eau et du savon avant de vous toucher le visage ou de faire quoi que ce soit d'autre.



Limitez le nombre de personnes qui entrent chez vous

- Ne recevez que les visiteurs que vous devez absolument voir et limitez-vous à de courtes visites.
- Tenez-vous à l'écart des personnes âgées et de celles souffrant de maladies chroniques (p. ex., le diabète, des troubles respiratoires ou une immunodéficience).





COVID-19

L'auto-isolement : Guide pour les membres du foyer

Évitez de partager les articles ménagers

- Ne partagez pas vaisselle, verres, tasses, ustensiles de cuisine, serviettes, literie ou autres articles avec la personne soupçonnée d'être atteinte.
- Après utilisation, ces articles doivent être lavés à l'eau chaude avec du savon ou du détergent. Il n'est pas nécessaire d'utiliser un savon spécial.
- Les lave-vaisselles et les machines à laver peuvent être utilisés.
- Ne partagez pas de cigarettes.



Nettoyez

- Nettoyez votre domicile avec vos produits nettoyants habituels.
- Nettoyez quotidiennement les objets touchés régulièrement, comme les toilettes, les poignées de robinet d'évier, les poignées de porte et les tables de chevet.



Lavez soigneusement les vêtements

- Il n'est pas nécessaire de trier les vêtements, mais vous devez porter des gants pour les manipuler.
- Lavez-vous les mains avec du savon et de l'eau dès que vous aurez enlevé vos gants.



Faites preuve de prudence lorsque vous touchez aux déchets

- Tous les déchets peuvent être jetés avec les ordures ménagères.
- Lorsque vous videz les poubelles, assurez-vous de ne pas toucher les mouchoirs usagés avec vos mains. Recouvrir l'intérieur de la poubelle d'un sac en plastique rend l'élimination des déchets plus facile et plus sécuritaire.
- Lavez-vous les mains avec de l'eau et du savon après avoir vidé toute poubelle.



En apprendre davantage à propos du virus :

<https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/maladies/maladie-coronavirus-covid-19.html>