

# La Comment S'isoler

Les personnes ayant reçu une telle consigne de la Santé publique doivent s'isoler.

## Rester à la maison :



- Ne quittez pas votre domicile ou propriété, sauf pour échapper à un danger ou pour recevoir des soins médicaux d'urgence.
- Évitez d'aller à l'école, au travail, etc. Vous pouvez sortir sur votre balcon ou dans votre cour.
- Vous ne pouvez pas faire de promenades, sauf sur votre propre propriété.
- Vous ne pouvez pas faire de promenades en voiture, même si vous êtes seul dans la voiture.
- Prenez des dispositions pour vous faire livrer la nourriture et les autres articles de première nécessité.

## Limiter les contacts avec d'autres personnes :



- Les visiteurs ne sont pas permis, même s'ils restent à l'extérieur et se tiennent à une distance de deux mètres.
- N'utilisez pas les espaces communs partagés avec d'autres ménages, par exemple les buanderies et les espaces extérieurs d'un immeuble d'appartements.
- Évitez contact avec les autres membres de votre ménage, en particulier ceux qui souffrent de maladies chroniques ou dont le système immunitaire est affaibli, ainsi que les personnes âgées.
- Toute personne non vaccinée.

## Observer de bonnes règles d'hygiène :



- Gardez vos mains propres en les lavant fréquemment à l'eau et au savon, en respectant l'étiquette en matière de toux et d'éternuement et en évitant de vous toucher les yeux, le nez ou la bouche. Ne partagez pas d'objets personnels avec les membres du ménage, par exemple les serviettes à main, les draps de lit, les ustensiles, les brosses à dents et les appareils électroniques.
- Une salle de bain séparée est conseillé.
- Nettoyez et désinfectez les surfaces les plus fréquemment touchées après chaque utilisation, notamment les interrupteurs, les éviers, les robinets, les toilettes et les poignées de porte.