

Une approche à plusieurs niveaux pour se protéger contre la COVID-19

Même si votre vaccination est à jour, il est toujours possible de contracter et de propager la COVID-19. C'est pourquoi il est important de combiner plusieurs mesures de santé publique pour vous protéger contre la COVID-19.



Restez à la maison si vous êtes malade.



Améliorez la circulation de l'air en ouvrant les fenêtres lorsque c'est possible.



Considérez le niveau de protection supplémentaire que vous fournit un masque, même si ce n'est pas obligatoire.



Lavez-vous les mains pendant au moins 20 secondes ou utilisez souvent un désinfectant pour les mains.



Soyez prudents dans les endroits fermés et achalandés.



Nettoyez les surfaces et les objets à contact fréquent.



Respectez les consignes relatives aux voyages.



Tout comme plusieurs couches de vêtements nous protègent du froid l'hiver, on peut combiner plusieurs mesures pour se protéger contre la COVID-19.