

# MALADIE À CORONAVIRUS (COVID-19)

Vous pourriez avoir été en contact avec le virus qui cause la COVID-19

## QUARANTAINE OBLIGATOIRE

Le gouvernement du Canada a mis en place des mesures d'urgence pour ralentir l'introduction et la propagation de la COVID-19 au Canada. Vous **DEVEZ VOUS METTRE EN QUARANTAINE pendant 14 jours et surveiller votre état de santé pour l'apparition de symptômes** conformément au Décret visant la réduction du risque d'exposition à la COVID-19 au Canada (obligation de s'isoler) N° 2.

Votre conformité à ce décret peut faire l'objet d'une surveillance, d'une vérification et de mesures d'application de la loi. Les personnes qui ne s'y conforment pas pourraient être détenues dans une installation de quarantaine, recevoir des amendes ou être emprisonnées.

## VOUS DEVEZ VOUS PLACER EN QUARANTAINE SANS TARDER

- ▶ **Rendez-vous directement à votre lieu de quarantaine** sans tarder et restez-y pendant 14 jours à compter de la date de votre arrivée au Canada, ou plus longtemps si vous présentez des signes ou des symptômes de la COVID-19, ou si vous avez été exposé à une autre personne visée par le Décret qui présente des signes ou des symptômes de la COVID-19.
- ▶ **Ne vous mettez pas en quarantaine** dans un lieu où vous aurez des contacts **avec des personnes vulnérables**, y compris les personnes qui ont un problème de santé sous-jacent, les personnes dont le système immunitaire est affaibli en raison d'un problème de santé ou d'un traitement, ou les personnes qui ont soixante-cinq ans ou plus.
- ▶ Assurez-vous d'avoir **un lieu de quarantaine approprié** qui dispose des produits de première nécessité.
- ▶ Assurez-vous de **porter un masque ou un couvre-visage appropriés**, particulièrement pendant le trajet.
- ▶ **Pratiquez l'éloignement physique** en tout temps.
- ▶ **Utilisez un moyen de transport privé** comme un véhicule privé si possible.
- ▶ **Ne faites pas d'arrêts inutiles** en vous rendant à votre lieu de quarantaine.
- ▶ **Évitez les contacts avec les autres** pendant le trajet :
  - Restez dans le véhicule autant que possible;
  - Évitez de séjourner à l'hôtel;
  - Payez à la pompe si vous avez besoin d'essence;
  - Allez à un service au volant si vous avez besoin de nourriture;
  - Mettez votre masque et soyez conscient de l'éloignement physique et des bonnes pratiques d'hygiène si vous devez arrêter dans une halte routière.

## VOUS DEVEZ SURVEILLER VOTRE ÉTAT DE SANTÉ PENDANT 14 JOURS

FIÈVRE



TOUX



DIFFICULTÉ À RESPIRER



Si des symptômes de la COVID-19 apparaissent (toux, essoufflement, fièvre égale ou supérieure à 38 °C ou signes de fièvre, p. ex. frissons, rougeur de la peau, transpiration excessive) :

- ▶ isolez-vous des autres;
- ▶ téléphonez immédiatement à l'autorité de santé publique et décrivez vos symptômes et votre historique de voyage, et suivez ses directives.



## PENDANT LA QUARANTAINE

### Il est important que vous :

- ▶ **laviez vos mains souvent** avec de l'eau tiède et du savon pendant au moins 20 secondes ou utilisez un désinfectant pour les mains à base d'alcool si de l'eau et du savon ne sont pas disponibles;
- ▶ **évitiez de vous toucher le visage;**
- ▶ **couvriez votre bouche et votre nez** avec votre bras lorsque vous toussiez ou éternuez;
- ▶ **limitiez les contacts avec les autres** dans le lieu de quarantaine, ainsi qu'avec les enfants et les personnes qui n'ont pas voyagé ni été exposées au virus.

### Vous DEVEZ :

- ▶ **rester** à votre lieu de quarantaine;
- ▶ **ne pas quitter** votre lieu de quarantaine sauf si vous avez besoin de soins de santé;
- ▶ **ne pas prendre les transports en commun** (p. ex. l'autobus, le taxi);
- ▶ **ne pas recevoir de visiteurs;**
- ▶ **ne pas aller à l'école, au travail ou dans d'autres endroits publics;**
- ▶ **demander à ce que des produits de première nécessité** (p. ex. nourriture, médicaments, produits de nettoyage) soient livrés à votre lieu de quarantaine.

Suivre les instructions fournies et en ligne :

[www.canada.ca/fr/sante-publique/services/publications/maladies-affections/maladie-coronavirus-covid-19-comment-auto-isoler-maison-contact-sans-symptomes.html](http://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/publications/maladies-affections/maladie-coronavirus-covid-19-comment-auto-isoler-maison-contact-sans-symptomes.html)

## AUTORITÉS DE SANTÉ PUBLIQUE

PROVINCES ET TERRITOIRES	NUMÉRO DE TÉLÉPHONE	SITE WEB
Colombie-Britannique	811	<a href="http://www.bccdc.ca/covid19">www.bccdc.ca/covid19</a> (en anglais seulement)
Alberta	811	<a href="http://www.myhealth.alberta.ca">www.myhealth.alberta.ca</a> (en anglais seulement)
Saskatchewan	811	<a href="http://www.saskhealthauthority.ca">www.saskhealthauthority.ca</a> (en anglais seulement)
Manitoba	1-888-315-9257	<a href="http://www.gov.mb.ca/covid19/index.fr.html">www.gov.mb.ca/covid19/index.fr.html</a>
Ontario	1-866-797-0000	<a href="http://www.ontario.ca/fr/page/nouveau-coronavirus-2019">www.ontario.ca/fr/page/nouveau-coronavirus-2019</a>
Québec	1-877-644-4545	<a href="http://www.quebec.ca/coronavirus">www.quebec.ca/coronavirus</a>
Nouveau-Brunswick	811	<a href="http://www.gnb.ca/santepublique">www.gnb.ca/santepublique</a>
Nouvelle-Écosse	811	<a href="http://www.nshealth.ca/les-services-en-francais-la-regie-de-la-sante-de-la-nouvelle-ecosse">www.nshealth.ca/les-services-en-francais-la-regie-de-la-sante-de-la-nouvelle-ecosse</a>
Île-du-Prince-Édouard	811	<a href="http://www.princeedwardisland.ca/fr/sujet/covid-19">www.princeedwardisland.ca/fr/sujet/covid-19</a>
Terre-Neuve-et-Labrador	811 ou 1-888-709-2929	<a href="http://www.gov.nl.ca/covid-19">www.gov.nl.ca/covid-19</a> (en anglais seulement)
Nunavut	1-867-975-5772	<a href="http://www.gov.nu.ca/fr/sante">www.gov.nu.ca/fr/sante</a>
Territoires du Nord-Ouest	811	<a href="http://www.hss.gov.nt.ca/fr">www.hss.gov.nt.ca/fr</a>
Yukon	811	<a href="http://www.yukon.ca/fr/covid-19">www.yukon.ca/fr/covid-19</a>

## POUR DE PLUS AMPLES RENSEIGNEMENTS :

 1-833-784-4397

 [canada.ca/le-coronavirus](https://canada.ca/le-coronavirus)