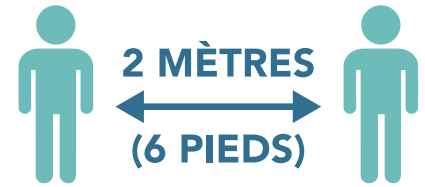


# COVID-19

## NOUVEAU CORONAVIRUS

Manitoba 

### À quoi ressemble l'éloignement social (physique)?



#### Activités sécuritaires

- Passer du temps avec les membres du ménage (s'ils ne sont pas malades ou ne sont pas revenus au Manitoba à la suite d'un voyage au cours des 14 derniers jours, ce qui nécessiterait un auto-isolement)
- Faire de l'activité physique à l'extérieur (p. ex., de la marche, de la course, du vélo ou de la randonnée)



- Visiter un parc, tant que l'on pratique l'éloignement physique avec les personnes qui ne font pas partie du ménage
- Faire livrer l'épicerie et d'autres biens, ou aller chercher des commandes à emporter
- Utiliser la technologie pour discuter avec les amis et les proches
- S'asseoir autour d'un feu avec des voisins, tant que l'on pratique l'éloignement physique avec les personnes qui ne font pas partie du ménage

#### Activités à exercer avec prudence et modération

- Passer du temps avec des membres de la famille élargie et des amis\* (s'ils ne sont pas malades ou ne sont pas revenus au Manitoba à la suite d'un voyage au cours des 14 derniers jours, ce qui nécessiterait un auto-isolement)
- Participer à des rassemblements, à des sorties ou à des événements\*
- Laisser les enfants jouer avec leurs amis\*
- Faire des courses à l'épicerie, au magasin ou à la pharmacie
- Aller au restaurant ou sur une terrasse avec des membres de la famille élargie ou des amis
- Aller à la bibliothèque, à un centre communautaire ou à un lieu de rassemblements publics

\* Lorsque c'est possible, faites les rassemblements, les activités ou les événements à l'extérieur.



#### Réduisez les risques



- Demeurez à la maison si vous êtes malade, même très légèrement.
- Lorsque vous êtes en compagnie de personnes qui ne font pas partie de votre ménage, rassemblez-vous à l'extérieur, si possible, et demeurez physiquement éloignés, sauf pendant les échanges brefs.
- Limitez le nombre de personnes avec qui vous entrez en contact à l'heure actuelle afin de continuer à réduire la propagation de la COVID-19.
- Évitez de partager des articles personnels, comme des aliments ou des boissons.
- Pratiquez l'étiquette respiratoire.
- Pratiquez une bonne hygiène des mains.