

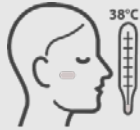
Maladie à coronavirus 2019 (COVID-19)

# Comment pratiquer l'autosurveillance

Suivez les conseils que vous avez reçus de votre fournisseur de soins de santé.

Si vous avez des questions ou si votre état s'aggrave, communiquez avec votre fournisseur de soins de santé, avec Télésanté (1 877 797-0000) ou avec votre bureau de santé publique.

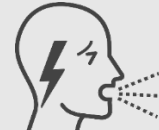
## Surveillez l'apparition de symptômes pendant 14 jours suivant l'exposition



Fièvre



Toux



Difficulté à respirer

## Évitez les lieux publics

- Évitez les lieux publics de grande affluence et les endroits où vous pouvez difficilement vous isoler des autres si vous tombez malade.

## Que faire si vous développez ces symptômes ou d'autres symptômes

- Isolez-vous immédiatement de façon volontaire et communiquez avec votre bureau de santé publique et votre fournisseur de soins de santé.
- Pour vous isoler de façon volontaire, vous aurez besoin de ce qui suit :
  - Des directives sur la façon de vous isoler
  - Un approvisionnement en masques de procédure ou chirurgicaux (en quantité suffisante pour 14 jours)
  - Du savon, de l'eau ou un désinfectant pour les mains à base d'alcool pour vous nettoyer les mains
- Lorsque vous visitez votre fournisseur de soins de santé, évitez d'utiliser le transport en commun (p. ex., le métro), les taxis et le covoiturage. Si cela est impossible, portez un masque et assoyez-vous à l'arrière.

**Communiquez avec votre bureau de santé publique :**

**Renseignez-vous sur le virus**

Le COVID-19 est un nouveau virus. Il se propage par les gouttelettes respiratoires d'une personne infectée aux personnes avec qui celle-ci a été en contact étroit, par exemple les personnes qui vivent sous le même toit qu'elle ou qui lui prodiguent des soins.

Vous pouvez également avoir accès à des renseignements à jour sur le COVID-19 sur le site Web du ministère de la Santé de l'Ontario : [ontario.ca/coronavirus](https://ontario.ca/coronavirus)