

## COVID-19 (CORONAVIRUS)

### Mesures de prévention en milieu de travail

Depuis janvier, une nouvelle maladie, cause des infections respiratoires dans plusieurs pays : la COVID-19.

La maladie se transmet surtout lorsqu'on respire des gouttelettes provenant de la toux ou des éternuements d'une personne infectée. Elle peut aussi se transmettre lorsqu'on touche des objets sur lesquels des gouttelettes sont tombées et que l'on touche ensuite ses yeux, son nez ou sa bouche.

Les symptômes principaux sont la fièvre, la toux ou les difficultés respiratoires. La plupart des personnes infectées sont peu malades et guérissent bien. Les personnes ayant des maladies chroniques (ex. : le diabète, les maladies du cœur et des poumons) et les personnes âgées de 70 ans et plus ont un plus grand risque d'être très malades.

#### Voici des gestes simples pour prévenir la COVID-19 :

- Tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir jetable;
- Se laver les mains souvent avec de l'eau et du savon ou un désinfectant à base d'alcool;
- Garder ses distances et éviter les poignées de main;
- Nettoyer les surfaces fréquemment touchées (ex. : tables, comptoirs, poignées de porte, toilettes, téléphones, claviers) :
  - au moins une fois par jour,
  - avec les produits d'entretien habituels et un linge humide,
  - selon les consignes d'utilisation du fabricant,
- Éviter d'aller au travail si vous avez des symptômes d'infection respiratoire.

Pour plus d'information sur le COVID-19, consultez la page du Gouvernement du Québec :

<https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/>

**ON SE PROTÈGE!**

Toussez dans votre coude

Jetez vos mouchoirs

Lavez vos mains

Gardez vos distances  
1 à 2 mètres

Québec.ca/coronavirus  
Sans frais : 1 877 644-4545

Votre gouvernement

Québec