

# Vous sortez? Faites-le en toute sécurité.

Les conseils en matière de santé publique au Canada peuvent varier selon l'endroit où vous vivez. Cet outil vous aidera à :

➤ évaluer les risques avant de sortir

➤ prendre des décisions éclairées tout en tenant compte des restrictions locales en matière de santé publique

## Évaluer les risques

Avant d'aller dans les lieux publics ou de vous réunir avec des gens avec qui vous ne vivez pas, pensez à ce qui suit :



## Prendre des décisions éclairées

Les mesures de santé publique sont efficaces pour réduire la propagation de la COVID-19, y compris les variants préoccupants. Elles sont plus efficaces lorsqu'elles sont combinées.

Les situations à faible risque peuvent devenir plus risquées. Réfléchissez aux risques avant de sortir et pendant votre sortie, et ajustez vos actions au besoin.

Vous pouvez continuer d'utiliser toutes les mesures de santé publique même si votre collectivité ou le milieu que vous fréquentez n'a pas de restrictions en place.

Continuez:

- > de respecter toutes les restrictions et les recommandations en matière de santé publique communautaire et spécifiques au milieu
- > d'opter pour des activités et des milieux qui présentent un faible degré de risque
- > de combiner plusieurs mesures de santé publique individuelles, notamment :
  - rester à la maison si vous êtes malade
  - améliorer la ventilation
  - porter un masque
  - se laver les mains régulièrement

Pour en savoir plus sur la COVID-19 :

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

☎ 1-833-784-4397