

Protégez-vous

Pratiquez l'éloignement physique en vous tenant à deux mètres des autres personnes. N'oubliez pas que cette mesure s'applique aussi à l'heure du dîner ainsi que durant les pauses et les réunions. Il s'agit de la protection la plus efficace.



Lavez-vous les mains régulièrement et suivez les procédures pour le lavage des mains. Si vous n'avez pas accès à de l'eau et à du savon, vous pouvez utiliser un désinfectant pour les mains.



Évitez de vous toucher les yeux, le nez et la bouche.



Toussez et éternuez dans votre manche et utilisez des mouchoirs jetables.



Protégez votre aire de travail

Assurez-vous que les objets avec lesquels vous travaillez sont propres; lavez-les à l'aide d'un nettoyant de surface approprié.



Assurez-vous que le téléphone, le clavier et vos autres outils de travail sont propres avant de les utiliser.



Nettoyez vos surfaces de travail avant de les utiliser, et régulièrement par la suite.

Protégez l'espace de travail que vous partagez

Assurez-vous que l'espace de travail que vous partagez avec d'autres personnes est sécuritaire en nettoyant toutes les surfaces et tous les objets que vous partagez.

N'oubliez pas de nettoyer les poignées de porte, les interrupteurs et les comptoirs. Avant chaque interaction avec une autre personne, assurez-vous d'avoir nettoyé les surfaces auxquelles elle touchera pour contribuer à éviter la contamination.



Surveillez les symptômes

Les symptômes peuvent comprendre :

- ◆ de la toux
- ◆ de la fièvre
- ◆ des difficultés respiratoires
- ◆ une pneumonie double



Faites votre part en suivant les mesures préventives

Vous pouvez contribuer à freiner la propagation de la COVID-19 en vérifiant si toutes les mesures préventives sont en place dans votre milieu de travail. S'il manque quelque chose ou si un objet est égaré, parlez-en à votre gestionnaire.



Réagissez quand la situation se présente

- ◆ Restez chez vous si vous êtes malade ou si vous risquez de l'être. Suivez les directives de l'Agence de la santé publique du Canada pour évaluer vous-même vos symptômes et informez votre gestionnaire/surveillant.
- ◆ Demeurez calme et bienveillant.
- ◆ Pratiquez ces règles et encouragez les autres à faire de même.



Suivez ces mesures. Faites votre part pour que vous et les personnes qui vous entourent demeuriez en sécurité au travail. Si vous avez des préoccupations, n'hésitez pas à en parler avec votre gestionnaire/surveillant.

