



## Mesures préventives suite à votre congé de l'hôpital

Ce document s'adresse aux patients qui ont obtenu leur congé de l'hôpital et qui pourraient être plus vulnérables à une infection. Pour votre sécurité, nous vous suggérons de respecter les mesures préventives suivantes :

- Restez à la maison, sauf pour vos rendez-vous médicaux urgents.
- Éviter de recevoir des visiteurs à la maison ou d'entrer en contact avec les gens.
- Si possible, faites faire vos achats par vos proches.
- Lavez-vous les mains souvent à l'eau et au savon pendant au moins 20 secondes ou à l'aide d'une solution hydroalcoolique.

Si vous êtes malade, évitez le contact avec les personnes plus vulnérables, dont les personnes âgées et les personnes ayant une maladie chronique. Si votre état de santé vous inquiète, contacter votre médecin de famille ou votre médecin traitant.

### Observez les règles d'hygiène lorsque vous toussiez ou éternuez :

- Couvrez-vous la bouche et le nez avec votre bras afin de réduire la propagation des germes.
- Si vous utilisez un mouchoir en papier, jetez-le dès que possible et lavez-vous les mains par la suite.

### Où puis-je trouver d'avantage d'information sur la COVID-19?

<https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/maladies/maladie-coronavirus-covid-19.html>

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

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>



**ON SE PROTÈGE!**

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

Toussez dans votre coude

Jetez vos mouchoirs

Lavez vos mains

Votre gouvernement

Québec