

RECOMMANDATIONS RELATIVES AUX RENCONTRES ET RASSEMBLEMENTS

April 8, 2022 10:33 AM FRENCH

Les rassemblements avec les amis, la famille et la communauté sont importants pour notre santé mentale et. Au cours des deux dernières années, nous avons beaucoup appris sur la façon de nous protéger mutuellement contre la COVID-19. Nous pouvons nous rassembler de manière plus sûre en prenant quelques précautions.

Réduisez au minimum les risques pour vous-même et votre communauté

Alors que nous apprenons à vivre avec la COVID-19 et que nous recommandons à nous rassembler, n'oubliez pas de :

- Rester chez vous si vous êtes malade. Que ce soit la COVID-19, la grippe, un rhume ou une autre maladie, il est important de ne pas exposer les autres.
- Rester à jour dans vos vaccinations contre la COVID-19 et dans vos vaccinations annuelles contre la grippe. La vaccination est notre meilleure protection contre les maladies graves.
- Vous laver souvent les mains et vous nettoyer régulièrement les surfaces fréquemment touchées.



Considérez que certaines personnes sont plus à risque de maladie grave

Pensez à l'endroit où vous serez et aux personnes que vous côtoierez. De nombreuses personnes présentent un risque plus élevé de maladie grave, d'hospitalisation ou de décès dû à la COVID-19. Ces couches supplémentaires de protection peuvent aider à protéger les personnes qui sont plus à risque, notamment les personnes âgées, celles qui ne sont pas vaccinées et celles qui souffrent de maladies sous-jacentes.

- Les masques vous protègent, vous et les autres personnes, surtout lorsque les niveaux de COVID-19 sont élevés.
- Il est plus sûr de se réunir à l'extérieur ou dans des espaces intérieurs bien ventilés (avec des fenêtres ouvertes et des ventilateurs pour permettre une circulation d'air supplémentaire) que de se réunir à l'intérieur dans de petits espaces.
- Si vous avez récemment été exposé à une personne atteinte de la COVID-19, envisagez de retarder les rassemblements, surtout si les personnes concernées présentent un risque élevé de maladie grave. Surveillez l'apparition des symptômes pendant 10 jours.



Respectez le niveau de confort des autres personnes

- Certaines personnes peuvent vous demander de continuer à porter un masque si vous entrez chez elles.
- Certaines personnes peuvent vouloir porter un masque, même si on ne le leur demande pas.
- Certaines personnes seront plus à l'aise si elles se réunissent à l'extérieur ou en petits groupes.
- Accepter les décisions de chacun en matière de sécurité est une bonne façon de montrer que nous nous soucions les uns des autres.

Les conseils peuvent changer si le nombre de cas de COVID-19 augmente

Soyez au courant des niveaux de [COVID dans votre communauté](#) afin de pouvoir choisir les mesures de sécurité que vous utiliserez pour vous et les autres. La propagation de la COVID-19 peut affecter votre décision d'assister à des rassemblements ou d'en accueillir.