

DISTANCIATION SOCIALE

La distanciation sociale est la pratique consistant à réduire les contacts étroits entre les personnes afin de ralentir la propagation des infections ou des maladies.

Les mesures de distanciation sociale comprennent limiter les rassemblements de grands groupes de personnes, la fermeture de bâtiments et l'annulation d'événements.

Qu'est-ce que cela signifie ?

LES CHOSES À ÉVITER

Les rassemblements en groupes
Passer la nuit chez des amis
Des rencontres pour jouer
Les concerts
Sortir au théâtre
Voyager
Les événements sportifs
Les centres commerciaux

Les séances d'entraînement dans les salles de sport
Les services religieux
Accueillir des visiteurs chez soi
La présence d'ouvriers non essentiels dans votre maison
Utiliser les systèmes de transports publics
Les magasins de vente au détail bondés



GARDER VOS DISTANCES LORSQUE

Vous allez dans un restaurant local pour prendre des plats à emporter
Vous allez dans une épicerie

Vous allez chercher des médicaments
Vous jouez au tennis dans un parc



Maintenez une distance d'au moins 6 à 8 pieds entre vous et les autres personnes

LES CHOSES QUE VOUS POUVEZ FAIRE

Faire une promenade
Aller faire une randonnée
Travailler dans le jardin
Jouer dans le jardin

Nettoyer un placard
Lire un bon livre
Écouter de la musique
Cuisiner un bon repas

Une soirée de jeux en famille
Faire un tour en voiture
Regarder une émission

Appeler ou envoyer un courriel à un ami ou à un voisin âgé pour avoir de ses nouvelles
Des chats vidéo de groupe

