



COVID-19 Guide visuel sur le « Confinement »

Récemment, le gouvernement a dit que nous devons faire plus attention que jamais pour limiter la diffusion du COVID-19. Certaines personnes appellent cela un « confinement ».

Le « confinement » ne signifie pas que vous allez être enfermé quelque part.



Le confinement signifie que les cafés, les restaurants et les lieux publics sont fermés.

C'est pour me protéger et protéger les personnes autour de moi.



Le gouvernement demande à tout le monde de faire attention pour limiter la diffusion du virus COVID-19. Cela signifie que je ne peux plus faire certaines choses que j'ai l'habitude de faire dans ma vie de tous les jours.



Cela peut être énervant et difficile mais c'est seulement temporaire. Si tout le monde suit les conseils de santé publique, les choses vont bientôt revenir à la normale.



Pendant le « confinement », il y a encore des choses que je peux faire.



**Je peux encore aller au supermarché.
Les supermarchés restent ouverts pour
permettre aux gens d'acheter de la nourriture
et des produits ménagers.**



Voici certaines choses qui seront différentes par rapport à d'habitude :



Je pourrais avoir à faire la queue pour entrer dans le supermarché



Je devrais acheter uniquement ce dont j'ai besoin. (??)



Je dois rester à 2 mètres des autres clients.



Je devrais préparer une liste de ce dont j'ai besoin pour éviter de passer trop de temps à chercher les articles.



Je peux encore aller à la pharmacie si j'ai besoin de médicaments. Les pharmacies sont vraiment importantes et ne fermeront pas pendant cette période.

Voici certaines choses qui seront différentes par rapport à d'habitude :



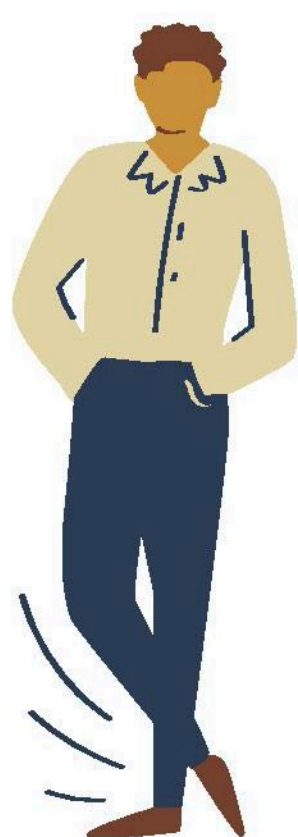
Je peux avoir à faire la queue pour entrer dans la pharmacie. Il est possible que seulement une ou deux personnes soient autorisées à la fois. Je peux quand même y aller avec un parent.



Je ne dois acheter que ce dont j'ai besoin. Je ne suis pas autorisé à acheter pour stocker.



Je dois rester à 2 mètres des autres clients.





Je peux encore aller me promener. Sortir faire un tour dehors m'aide à garder une bonne santé physique et mentale.

Voici certaines choses qui seront différentes par rapport à d'habitude :

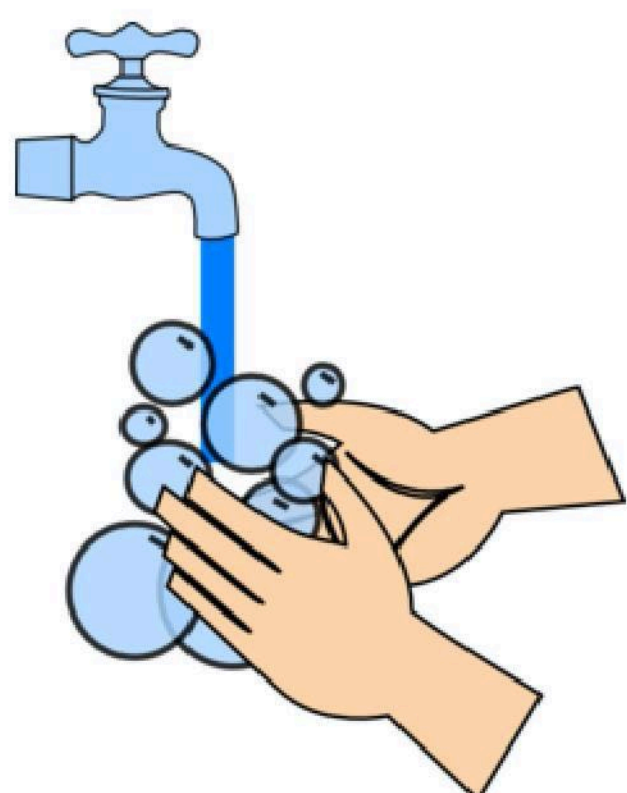


Je ne dois pas m'éloigner à plus de 2 kilomètres de ma maison. Cela correspond approximativement à une marche de 20 minutes. Marcher 2 kilomètres et revenir me procureront 40 minutes d'exercice et me permettront de me sentir bien.



Je dois rester à 2 mètres des autres marcheurs.

Souvenez-vous, que vous soyez à la maison, au supermarché ou en promenade, vous devez régulièrement vous laver les mains et tousser dans un mouchoir jetable.



Je peux voir des policiers en voiture ou à pieds dans les rues.



Ils peuvent demander aux gens où ils vont et où ils habitent.

Je ne dois pas m'inquiéter. C'est le travail des policiers de protéger la population. Ils veulent juste s'assurer que tout le monde respecte les consignes.



Ces règles s'appliquent à tout le monde. Ce sont les choses à faire pour que tout le monde soit en sécurité et que les choses reviennent à la normale le plus vite possible !