

# LA GRIPPE ET VOUS :

## Ce qu'il faut savoir

---



Lavez-vous les mains souvent et soigneusement pendant au moins 15 secondes, au savon et à l'eau.



Nettoyez et désinfectez régulièrement les surfaces et les objets partagés.



Gardez un désinfectant à base d'alcool à portée de la main à la maison et dans votre véhicule.



Toussez ou éternuez dans un mouchoir en papier ou sur votre manche, pas dans vos mains. Jetez les mouchoirs en papier immédiatement.



Si vous vous sentez malade, restez chez vous.

---

Pour en savoir plus sur la grippe saisonnière, la grippe H1N1 ou le plan de lutte contre la pandémie de grippe, consultez [ontario.ca/grippe](http://ontario.ca/grippe) ou appelez la **ligne INFO de ServiceOntario** au **1 800 476-9708**  
**ATS : 1 800 387-5559**

Si vous présentez des symptômes, appelez **Télesanté Ontario** au **1 866 797-0000**  
**ATS : 1 866 797-0007**  
ou communiquez avec votre fournisseur de soins de santé.



Ontario

# LA GRIPPE ET VOUS :

## Ce qu'il faut savoir

---



Lavez-vous les mains souvent et soigneusement pendant au moins 15 secondes, au savon et à l'eau.



Nettoyez et désinfectez régulièrement les surfaces et les objets partagés.



Gardez un désinfectant à base d'alcool à portée de la main à la maison et dans votre véhicule.



Toussez ou éternuez dans un mouchoir en papier ou sur votre manche, pas dans vos mains. Jetez les mouchoirs en papier immédiatement.



Si vous vous sentez malade, restez chez vous.

---

Pour en savoir plus sur la grippe saisonnière, la grippe H1N1 ou le plan de lutte contre la pandémie de grippe, consultez [ontario.ca/grippe](http://ontario.ca/grippe) ou appelez la **ligne INFO de ServiceOntario au 1 800 476-9708**  
**ATS : 1 800 387-5559**

Si vous présentez des symptômes, appelez **Télesanté Ontario au 1 866 797-0000**  
**ATS : 1 866 797-0007**  
ou communiquez avec votre fournisseur de soins de santé.