

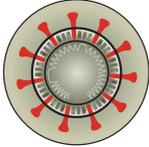
# LA SÉCURITÉ ALIMENTAIRE ET LA COVID-19

## Informations pour vous et votre famille

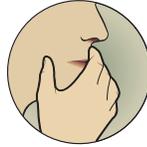
### Qu'est-ce que la COVID-19?



- COVID-19 est un coronavirus qui peut causer de graves dommages à vos poumons.
- L'enveloppe (couche extérieure) du virus contient des composantes qui peuvent être endommagées par le savon. Sans cette enveloppe, le virus est incapable d'infecter vos cellules.



### Comment cela provoque-t-il des maladies?



#### On peut tomber malade à partir;

- des gouttelettes respiratoires provenant de la toux ou des éternuements
- d'un contact personnel étroit avec une personne infectée
- d'un simple toucher d'un objet sur lequel se trouve le virus, puis se toucher les yeux, le nez ou la bouche
- des symptômes comprennent la toux, la fièvre, l'essoufflement, l'écoulement nasal ou le mal de gorge

### Les aliments ne transmettent pas la maladie COVID-19



- L'Agence canadienne d'inspection des aliments a déclaré qu'à ce jour, il n'y a eu aucun rapport d'élevage de bétail étant infecté ou malade par une maladie liée à la COVID-19.
- Le virus infecte les gens par les voies respiratoires humaines et n'est pas connu pour causer des maladies par le biais de l'estomac ou de nos intestins lorsque nous mangeons des aliments.



**Il n'y a actuellement aucune preuve que les aliments sont une source ou une voie de transmission probable de la COVID-19.**

-Agence canadienne d'inspection des aliments

### Actions visant à vous protéger, vous et votre famille

#### Surfaces fréquemment touchées

- Alors que le risque lié aux surfaces est considéré comme faible, le virus actif est plus susceptible de se trouver sur des surfaces dures comme celles en plastique ou en acier.
- Si une surface est visiblement sale, il faut d'abord la nettoyer à l'eau et au savon, puis la désinfecter.
- Pour désinfecter, vous pouvez utiliser une solution d'eau de javel diluée (1 volume d'eau de javel pour 9 volumes d'eau) ou un produit commercial.
- Utilisez des gants pour vous protéger les mains, suivez les instructions du fabricant et se laver les mains immédiatement après le nettoyage.



#### Prévenir la propagation des germes ent

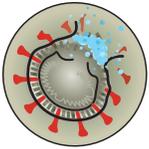
- Lorsque vous toussiez ou éternuez, couvrez votre bouche et votre nez avec votre bras ou des mouchoirs en papier pour réduire la propagation des germes.



#### Conseils pour les achats à l'épicerie

- Faites vos achats à des moments où il y a moins de clients ou faites-vous livrer vos courses.
- Gardez une distance de 2 mètres avec les autres clients.
- Désinfectez la poignée des chariots et des paniers d'épicerie.
- Se laver ou se désinfecter les mains avant d'entrer dans le magasin et après l'avoir quitté.
- Ne faites pas de magasinage si vous présentez des symptômes de la COVID-19.

## Lavez-vous souvent les mains



- Lavez-vous les mains à l'eau chaude et au savon. Les bulles et la mousse de la mousse de savon endommagent le virus et aident également à l'éliminer de vos mains.

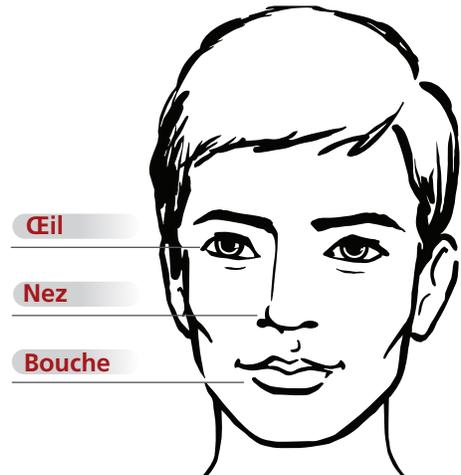


- Frottez pendant au moins 20 secondes avec de l'eau chaude (pas brûlante), sur le temps qu'il faut pour chanter « Bonne fête » deux fois.



- Nettoyez fréquemment les linges utilisés pour le séchage ou utilisez des serviettes en papier jetables.
- En l'absence d'eau et de savon, les mains peuvent être nettoyées avec un désinfectant pour les mains à base d'alcool (DMBA) qui contient au moins 60% d'alcool. Pour mains visiblement souillées, la saleté doit être enlevée avec un essuie-main à base d'alcool d'abord, puis suivie d'un DMBA.

- Évitez de vous toucher le visage, en particulier avec les mains non lavées. Le virus peut être capable d'entrer le corps par les yeux, le nez et la bouche.



## LAVEZ VOS MAINS



1

**Mouillez-vous les mains avec de l'eau tiède**



2

**Appliquez du savon**



3

**Pendant au moins 20 secondes, assurez-vous de laver:**



4

**Rincez-vous bien les mains**



5

**Séchez-vous bien les mains avec un essuie-tout**



6

**Fermez le robinet à l'aide d'un essuie-tout**



la paume et le dos de chaque main



entre les doigts



sous les ongles



les pouces

## N'oubliez pas les bases de la sécurité alimentaire



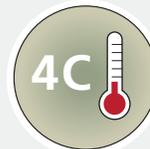
### Propre

Garder les surfaces de cuisine propres et les produits lavés.



### Séparer

Prévenir la contamination croisée.



### Réfrigération

Gardez les aliments périssables froids.



### Cuire

Cuire pleinement.

Il est aujourd'hui plus important que jamais que nous suivions tous les principes fondamentaux de la sécurité alimentaire. En évitant les maladies d'origine alimentaire, vous préserverez la santé de votre corps et éviterez de devoir consulter un médecin ou de vous rendre à l'hôpital pendant la pandémie COVID-19.

**POUR PLUS D'INFORMATIONS DE LA PART DU GOUVERNEMENT DU CANADA :**

☎ 1-833-784-4397

🖱 [canada.ca/coronavirus](https://canada.ca/coronavirus)