

COVID-19

Information pour les aînés

Réduire le risque de contracter la COVID-19 :

- Limitez les déplacements non essentiels à l'extérieur de la maison.
- Tenez-vous à deux mètres (six pieds) des autres.
- Portez un masque dans les espaces intérieurs publics et lorsque vous ne pouvez pas maintenir une distance physique.
- Lavez-vous souvent les mains à l'eau et au savon ou utilisez du désinfectant pour les mains à base d'alcool (70 à 90 %).
- Évitez de vous toucher le visage sans vous être d'abord lavé les mains.
- Lorsque vous toussiez ou éternuez, couvrez-vous la bouche avec un mouchoir ou le pli du coude. Jetez immédiatement le mouchoir à la poubelle et lavez-vous les mains.
- Nettoyez et désinfectez les objets et les surfaces fréquemment touchés.
- Éviter les contacts étroits avec les personnes qui sont malades.
- Restez chez vous si vous êtes malade.

Pour obtenir les recommandations de santé publique les plus récentes, et si vous avez des questions concernant la COVID-19, veuillez appeler la ligne d'assistance du Bureau de santé publique de Toronto au **416-338-7600** (de 8 h 30 au 20 h). Vous pouvez également consulter le site Web de la Ville de Toronto pour obtenir de plus amples renseignements au **toronto.ca/COVID-19**.

Si vous développez des symptômes de la COVID-19, appelez votre fournisseur de soins de santé ou Télésanté Ontario au **1-866-797-0000**.

SYMPTÔMES DE LA COVID-19



Fièvre



Toux



Difficulté à respirer



Mal de gorge, difficulté à avaler



Écoulement nasal



Loss of taste or smell



Malaise



Nausées, vomissements, diarrhée

Si vous avez de la difficulté à respirer, appelez le 9-1-1. Les personnes âgées peuvent également présenter les symptômes suivants :

- Désorientation, confusion
- Étourdissements, faiblesse ou chutes
- Dormir plus que d'habitude
- Frissons
- Douleurs musculaires, maux de tête

COVID-19

Information pour les aînés

Aide aux aînés :

- Nourriture, repas et livraison de produits essentiels
- Quelqu'un à qui vous pouvez parler ou qui vérifiera votre état de santé
- Soutien en santé mentale
- Service de transport pour vous rendre à des rendez-vous médicaux
- Soutien pour faire face à la maltraitance des personnes âgées
- Beaucoup d'autres programmes et services pour les aînés

VOUS POUVEZ APPELER LE :

211 (disponible 24 heures sur 24, 7 jours sur 7)

La ligne d'assistance pour aînés de Toronto 416-217-2077 (9 h à 20 h)

Ces deux lignes fournissent des services dans plusieurs langues.

Il y a également plusieurs services de soutien relatif à la COVID-19 pour les aînés qui sont axés sur les Autochtones. Appelez le Toronto Aboriginal Support Services Council (TASSC) au **647-748-6100**, poste **103** ou envoyez-leur un courriel à l'adresse **support@tassc.ca**

Vous pourriez également être admissible à une aide financière pour :

- le loyer et les arriérés d'énergie
- les frais médicaux
- les frais funéraires
- le soutien du revenu

Si vous recevez actuellement des prestations du programme Ontario au travail ou du programme ontarien de soutien aux personnes handicapées, contactez votre travailleur en service social. Si vous ne recevez pas d'aide sociale, mais que vous avez besoin d'une aide financière, contactez la Ville de Toronto au **416-338-8888**.

Appelez la Ville de Toronto en composant le **311** (disponible 24 heures sur 24, 7 jours sur 7, dans plusieurs langues) **si vous avez des questions sur :**

- les bibliothèques, les centres communautaires récréatifs, les parcs
- l'aide pour trouver et garder votre logement