

# Est-ce que je peux pratiquer mon activité sub aujourd'hui ?

- ✓ Si vous présentez ou avez présenté durant ces 15 derniers jours un ou plusieurs signes suivant :
  - Température > 38°C ou impression de fièvre (frissons/ sueurs)
  - Gêne respiratoire, essoufflement inhabituel
  - Toux
  - Crachats
  - Diarrhée
  - Courbatures hors contexte de pratique sportive
  - Modifications du goût et/ou de l'odorat
  - Fatigue importante et inhabituelle
  - Maux de tête inhabituels
  - Nez qui coule
- ✓ Si vous avez été en contact étroit\* avec une personne ayant présenté l'un de ces signes ou diagnostiqué CoViD-19 positif durant ces 15 derniers jours
- ✓ Si vous avez été diagnostiqué CoViD-19 positif durant ces 5 dernières semaines\*\*



**Pas de pratique aujourd'hui, consultez votre médecin** avant de pratiquer votre activité préférée !