

Visiter les parcs et les plages de la ville de New York : protégez-vous et les autres contre la COVID-19

Rester physiquement actif peut garder votre esprit et votre corps en bonne santé. Lorsque vous vous aventurez à l'extérieur pour respirer de l'air frais, il est important que vous preniez des précautions supplémentaires en raison de la pandémie de la COVID-19 en cours.

Voici quelques conseils pour vous protéger et protéger les autres :

Restez à la maison si vous vous sentez malade. N'allez pas au parc ou à la plage.

- Les personnes atteintes de la COVID-19 ont signalé un large éventail de symptômes. Les symptômes peuvent apparaître de deux à 14 jours après avoir été exposé au virus.
- Les symptômes les plus fréquemment signalés sont les suivants :
 - toux
 - essoufflement ou difficulté à respirer
 - fièvre
 - frissons
 - douleur musculaire
 - maux de gorge
 - nouvelle perte du goût ou de l'odorat
- Les personnes qui ont ou pourraient avoir la COVID-19 ne devraient pas quitter leur domicile pour participer à des activités récréatives.
- Pour plus d'informations, consultez nyc.gov/health/coronavirus et recherchez « Symptoms and What to Do When Sick » (Symptômes et que faire si vous êtes malade).

Visitez les parcs, les plages ou d'autres espaces ouverts à proximité de votre domicile.

- Voyager sur de longues distances peut augmenter vos chances d'entrer en contact avec une personne atteinte de la COVID-19. Cela augmente également l'achalandage dans les transports en commun et dans les rues.

Gardez vos distances.

- Maintenez une distance d'au moins 6 pieds entre vous et les autres. Si cela n'est pas possible, quittez cette zone de la plage ou du parc.

Portez une protection pour le visage.

- Une protection pour le visage peut être n'importe quel papier ou tissu bien fixé comme un bandana ou une écharpe qui couvre votre bouche et votre nez. Les protections pour le visage sont un moyen simple mais important pour réduire la transmission de maladies.
- Il est nécessaire que tout New-Yorkais de deux ans et plus porte une protection pour le visage lorsqu'il ou elle est à l'extérieur de son domicile s'il ou elle ne peut pas se maintenir à une distance d'au moins 6 pieds des autres.

- Pour plus d'informations sur les protections pour le visage, consultez nyc.gov/facecoverings.

Suivez de bonnes pratiques d'hygiène personnelle.

- Lavez-vous souvent les mains à l'eau et au savon pendant au moins 20 secondes à chaque fois ou utilisez un désinfectant pour les mains à base d'alcool lorsque le savon et l'eau ne sont pas disponibles.
- Couvrez-vous le nez et la bouche avec un mouchoir lorsque vous éternuez ou tousssez, ou éternuez ou tousssez dans la manche de votre coude. N'utilisez pas vos mains.
- Ne serrez pas la main.
- Évitez tout contact inutile avec les surfaces fréquemment touchées, telles que les poignées de porte et les mains courantes.
- Pour plus d'informations, consultez nyc.gov/health/coronavirus et recherchez « Prevention and Groups at Higher Risk » (Prévention et groupes à haut risque).

Ne vous rassemblez pas en groupes.

- Évitez de vous rassembler avec les autres, sauf les membres de votre foyer. Chaque fois que vous passez du temps avec des personnes qui ne sont pas de votre foyer, maintenez une distance d'au moins 6 pieds.
- N'organisez pas de rassemblement d'amis pour les enfants.

Ne participez pas à des sports organisés.

- Les sports de groupe comme le foot et le basket-ball exigent que les athlètes soient à proximité, ce qui augmente le risque d'être exposé à la COVID-19.

Ne nagez pas sur les plages de la ville de New York.

- Les plages de la ville de New York sont actuellement fermées pour la baignade. Marcher, courir et s'asseoir pendant de brèves périodes sont autorisés.

Foire aux questions

Les parcs de la ville de New York sont-ils ouverts ?

Oui. Pour plus d'informations, consultez nycgovparks.org/about/health-and-safety-guide/coronavirus.

Les plages de la ville de New York sont-elles ouvertes ?

Les plages de la ville de New York sont actuellement fermées pour la baignade. Marcher, courir et s'asseoir pendant de brèves durées sont autorisés. Maintenez autant que possible une distance d'au moins 6 pieds de toute personne qui n'est pas un membre de votre foyer. Vous devez apporter et porter des protections pour le visage chaque fois que vous ne pouvez pas maintenir une distance d'au moins 6 pieds des autres. Pour plus d'informations, consultez nycgovparks.org/about/health-and-safety-guide/coronavirus.

Les plages de l'État de New York sont-elles ouvertes ?

L'État de New York ouvrira certaines plages à l'extérieur de NYC le vendredi 22 mai. Les plages hors de la ville de New York fonctionneront à 50 % ou moins et avec des précautions accrues. Pour plus de détails, consultez parks.ny.gov/covid19.

Les piscines de la ville de New York sont-elles ouvertes ?

Non. Les piscines publiques de la ville de New York et de l'État de New York sont fermées.

Les terrains de jeux de la ville de New York sont-ils ouverts ?

Non. Les terrains de jeux de la ville de New York sont fermés jusqu'à nouvel ordre.

Que devez-vous faire si vous devez prendre les transports en commun pour vous rendre à une activité de plein air ?

Dans la mesure du possible, visitez des parcs et des plages proches de votre domicile. Pour tous les types de transport, suivez les précautions générales de prévention de la COVID-19, telles que de maintenir une distance d'au moins 6 pieds des autres, de porter une protection pour le visage et de pratiquer une bonne hygiène des mains. Transporter plusieurs groupes de personnes (également appelé le transport « partagé » ou « collectif ») n'est pas autorisé.

Puis-je faire un barbecue dans le parc ?

Les rassemblements et barbecues sont interdits et les zones de grillades sont fermées. Pensez à emporter votre propre nourriture et votre eau, ainsi qu'un désinfectant pour les mains à utiliser lorsque le savon et l'eau ne sont pas disponibles. Pour plus de détails, consultez nycgovparks.org/about/health-and-safety-guide/coronavirus.

Puis-je faire de l'exercice dans le parc ?

Oui. Les parcs de la ville de New York sont un endroit idéal pour marcher et faire de l'exercice. Bien que l'exercice seul ou avec des membres de votre foyer soit acceptable, les sports d'équipe (tels que le basket-ball, le football américain, le softball et le foot) ne sont pas autorisés. Maintenez la distanciation, y compris maintenir une distance d'au moins 6 pieds des autres lorsque que vous courez, marchez et vous promenez en vélo.

Puis-je emmener mon chien au parc ?

Oui. Les parcs de la ville de New York sont ouverts aux chiens et aux maîtres d'animaux pour qu'ils puissent prendre l'air et faire de l'exercice. Toutes les règles sans laisse s'appliquent toujours. Lorsque vous promenez votre chien, gardez une distance d'au moins 6 pieds des autres. Les courses de chiens de ville sont fermées jusqu'à nouvel ordre. Pour plus de détails, consultez nycgovparks.org/about/health-and-safety-guide/coronavirus.

Ressources

- Pour plus d'informations sur les services des parcs de NYC, consultez nycgovparks.org/about/health-and-safety-guide/coronavirus.

- Pour plus d'informations sur les services des parcs de l'État de New York, consultez parks.ny.gov/covid19.
- Pour plus de conseils lors de la visite des parcs et des installations de loisirs, consultez cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/visitors.html.

Les recommandations du NYC Health Department (Département de la santé de NYC) peuvent changer à mesure que la situation de la COVID-19 évolue.

5.22.20