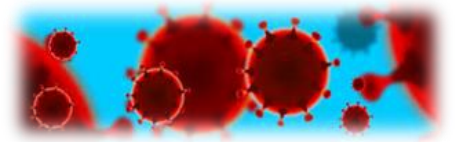


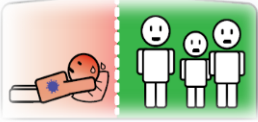
INFO CORONAVIRUS:

version 04/05/2020



Si je suis malade du COVID19,

que faire pour réduire les risques de transmission à mes proches ?



J'essaie de m'isoler du reste de la famille et m'installe quand c'est possible dans une pièce réservée pour moi...



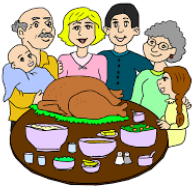
J'évite tout contact rapproché avec les autres (ne pas serrer les mains ou faire la bise)



Je me protège le visage en présence d'autres personnes (masques si disponibles, foulard, serviette...)



-J'utilise un mouchoir à usage unique et je le jette dans une poubelle fermée
-Je tousse ou éternue dans mon coude (si je n'ai pas de mouchoir à portée de main)



J'évite de prendre mes repas avec le reste de la famille

J'évite de partager ma vaisselle et mes objets d'hygiène personnelle (brosses à dents, rasoirs, serviettes...)



Je nettoie bien les objets du quotidien que j'utilise et l'appartement



Je me lave régulièrement les mains (avec du savon ou une solution hydroalcoolique)



Ceux qui vivent avec moi surveillent leur température matin et soir et guetter l'apparition de symptômes.



Si le confinement et l'isolement au sein de mon foyer n'est pas possible car je vis avec des personnes fragiles, dans un logement trop petit, je le signale à mon soignant pour demander si une prise en charge adaptée peut être recherchée.

Un numéro d'information régional en Paca

 **08 00 73 00 87**
Appel gratuit - 9h à 19h - 7j/7

codeps
Comité départemental
d'éducation et de promotion
de la santé
BOUCHES-DU-RHÔNE

ars
Agence Régionale de Santé
Provence-Alpes
Côte d'Azur