

Madame, Monsieur

Nous vous remercions de votre confiance. Voici quelques conseils et précautions suite à la consultation que vous avez eu avec notre équipe de soignants.

- **GARDER SES DISTANCES** – par exemple : protéger les personnes âgées en maintenant une distance suffisante ; garder ses distances dans les files d'attente ; garder ses distances lors de réunions. **Respecter les mesures des gouvernements et informez-vous régulièrement des changements.**
 - **EVITER LES DEPLACEMENTS INUTILES ET LES MANIFESTATIONS PUBLIQUES. Ne vous déplacez que pour les produits de première nécessité et ceci seul (sans enfant) !**
 - **RESPECTER LES REGLES D'HYGIENE : SE LAVER SOIGNEUSEMENT LES MAINS, UTILISER DES SOLUTIONS HYDROALCOOLIQUES SI PAS D'EAU COURANTE.**
 - EVITER LES POIGNEES DE MAINS, les HIGHT FIVE ET EMBRASSADES.
 - TOUSSER ET ETERNUER DANS UN MOUCHOIR JETABLE OU DANS SON COUDE et jeter les mouchoirs dans une poubelle sans les réutiliser.
 - **EN CAS DE FIEVRE, TOUX OU SYMPTÔMES GRIPPAUX : RESTER A LA MAISON. En cas de difficulté respiratoire et/ou de maladies chroniques, contacter un centre d'urgence avant de vous y rendre.**
 - TOUJOURS TELEPHONER AVANT DE SE RENDRE CHEZ SON MEDECIN OU AUX URGENCES
 - **MODE DE TRANSMISSION :**
 - Gouttelettes via postillons, éternuement...
 - Transmission par les selles : attention poignées portes, lunettes des toilettes, robinets toilettes.
 - Circuit de ventilation
 - Le virus reste actif selon les dernières études entre 3-9 jours sur les surfaces telles que le bois, les plans de travail, les poignées et jusqu'à 3 heures en suspension ; il faut régulièrement nettoyer les surfaces à l'aide de Javel par exemple.
 - SI VOUS RESTER à DOMICILE POUR QUELQUES JOURS : NETTOYER REGULIEREMENT LES POIGNEES DE PORTE ET DESSUS DE MEUBLES, la Javel est efficace pour l'intérieur mais probablement pas pour l'extérieur.
- ❖ **RECOMMANDATIONS**
- ❖ **SI AUGMENTATION DE LA GENE RESPIRATOIRE**
 - ❖ **SI AUGMENTATION DE LA TEMPERATURE > 38°**
 - ❖ **S'IL N'Y A PAS D'AMELIORATION DANS LES 24 HEURES**

☎ APPELER VOTRE MEDECIN TRAITANT, NOTRE HOTLINE OU UN CENTRE D'URGENCES - **HOTLINE COVID19 Delta au 022/709.00.95 7j/7 de 9h à 18h.**