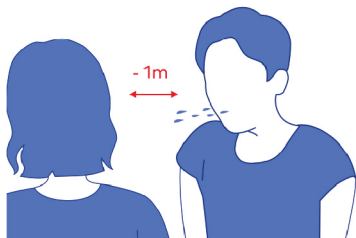


Si mon test est négatif

Je respecte les mesures barrières

- ▶ Je tousse dans mon coude.
- ▶ J'utilise un mouchoir que je jette ensuite si je tousse ou si je me mouche. Puis je me lave les mains.
- ▶ Je me lave les mains très souvent avec de l'eau et du savon et je les sèche avec une serviette ou un essuie-main.
- ▶ Je reste à plus de 1 mètre des personnes autour de moi.
- ▶ Je salue sans serrer la main et sans embrassades.
- ▶ Je respecte les mesures de confinement diffusées par l'État.

- Par la projection de gouttelettes
- Face à face pendant au moins 15 minutes



Un enjeu de santé publique !

Objectifs de lutte contre l'épidémie de Covid-19

- ▶ Prévenir la transmission du virus à vos proches, aux soignants et aux personnes que vous pourriez rencontrer.
- ▶ Ralentir la diffusion de l'épidémie au sein de la population.



En cas d'aggravation générale ou en cas de difficultés respiratoires, composer le 15

Si ces informations soulèvent des questions, les personnels soignants et l'équipe d'hygiène de l'établissement sont prêts à y répondre.



En partenariat avec KEOLIS GRAND NANCY stan



Réalisation & conception : direction de la Communication du CHRU de Nancy, novembre 2020.

Informations et précautions d'hygiène simples à respecter pour éviter la transmission



Vous avez été dépisté pour la COVID-19

.....
QUELS SONT LES SIGNES ?

Fièvre
Toux
Fatigue
Difficultés respiratoires
Étouffements

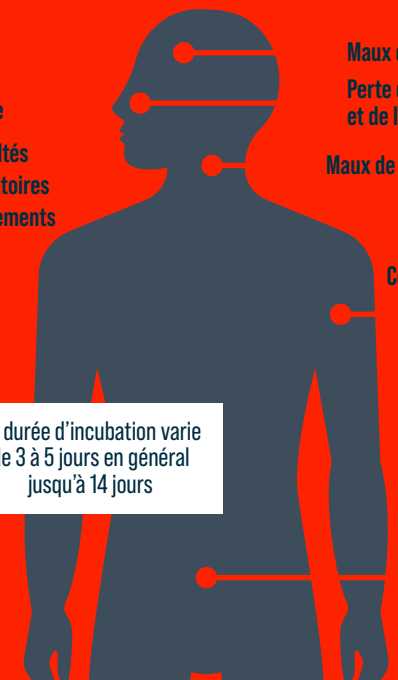
Maux de tête
Perte de goût et de l'odorat

Maux de gorge

Courbatures

La durée d'incubation varie de 3 à 5 jours en général jusqu'à 14 jours

Parfois diarrhées



Qu'est-ce que la Covid-19 ?

La covid-19 est une maladie causée par un virus : le SARS-Cov-2. C'est un virus de la famille des **coronavirus**, initialement transmis à l'humain par un animal (le pangolin) en Chine. Cette maladie s'est ensuite propagée d'individu en individu à l'ensemble de la planète. Cette maladie virale est généralement semblable à un syndrome grippal (fièvre, toux, courbatures, ...) mais peut parfois engendrer des formes plus sévères qui nécessitent une prise en charge hospitalière. La plupart du temps, cette hospitalisation dure quelques semaines.

Comment se transmet le virus ?

Au sein de la population générale, il existe deux voies de transmission :

Transmission gouttelettes : par contact direct avec une personne malade, c'est-à-dire en face à face à moins d'un mètre et/ou durant 15 minutes. Les gouttelettes sont projetées lorsque l'on parle ou de manière plus importante lorsque l'on tousse.

Transmission par contact : de la main sur une surface ou un objet fraîchement contaminé par des gouttelettes d'une personne malade. En l'absence de lavage des mains, la main ainsi contaminée pourra rendre malade la personne si elle se touche le visage, notamment au niveau des yeux, du nez ou de la bouche. Une surface contaminée, le resterait quelques heures avant que le virus ne meurt.

En attente du résultat de mon test / Mon test revient positif

Mesures de confinement

- ▶ Je ne reçois pas à mon domicile de personnes extérieures à mon foyer sauf des soignants ou des aidants.
- ▶ Je diminue les contacts avec mon entourage, j'essaie de m'isoler dans une pièce.
- ▶ Je respecte les mesures de confinement diffusées par l'Etat en limitant notamment mes sorties hors de mon logement.

Je respecte les mesures barrières

- ▶ Je tousse dans mon coude.
- ▶ J'utilise un mouchoir que je jette ensuite si je tousse ou si je me mouche. Puis je me lave les mains.
- ▶ Je me lave les mains très souvent avec de l'eau et du savon et je les sèche avec une serviette ou un essuie-main.
- ▶ Je reste à plus de 1 mètre des personnes autour de moi.
- ▶ Je porte un masque si contact avec des personnes.
- ▶ Je salue sans serrer la main et sans embrassades.

Gestion du linge personnel

- ▶ Je lave mon linge dans une machine à laver avec la lessive habituelle et un cycle à 60 degrés minimum pendant au moins 30 minutes.

Hygiène du lieu de vie

- ▶ J'aère très régulièrement les pièces dans lesquelles je vis en ouvrant les fenêtres (au moins 10 minutes plusieurs fois par jour).
- ▶ Je nettoie régulièrement les surfaces touchées fréquemment : poignées de porte, meubles de salle de bains, toilettes, ... avec le produit que j'utilise habituellement.
- ▶ Je privilégie des ustensiles de ménage qui ne dispersent pas les poussières comme une éponge, une serpillière...
- ▶ Dans la mesure du possible, je n'utilise pas l'aspirateur générateur d'aérosols.
- ▶ Après avoir fait le ménage, je me lave les mains et je les sèche.

COVID-19 Il existe des gestes simples pour vous protéger et protéger votre entourage



Porter un masque quand la distance d'un mètre ne peut pas être respectée et partout où cela est obligatoire



Se laver les mains très régulièrement



Tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir



Utiliser des mouchoirs à usage unique



Saluer sans se serrer la main, éviter les embrassades



Utiliser les outils numériques (tousAntiCovid)