



Informations sur le nouveau coronavirus en langue facile à lire

Le coronavirus, c'est quoi ?

Une nouvelle maladie est apparue.

Cette maladie est causée par un virus : le coronavirus.

Les personnes malades ont de la fièvre ou de la toux, par exemple

Certains personnes peuvent mourir de cette maladie.

En particulier, les personnes âgées et les personnes déjà malades.

Comment trouver des informations ?

Vous avez des questions sur le coronavirus ?

Alors lisez ces informations.

Vous êtes malade et avez peur ?

Dans ce cas, vous pouvez appeler ce numéro :

058 463 00 00.

Vous pouvez appeler le jour et la nuit.

Il faut peut-être attendre, avant que quelqu'un soit libre.

Comment est-on contaminé par le virus ?

La maladie est très contagieuse.

Elle se répand :

- Lors d'un contact rapproché avec une personne malade :
quand on reste plus de 15 minutes et à moins de 2 mètres d'une personne malade.
- Lorsqu'une personne infectée tousse ou éternue.
- Par les mains.

Voici comment vous protéger et protéger les autres

Vous pouvez vous protéger et protéger les autres de cette maladie.

Il suffit d'appliquer certaines règles.

Lavez-vous les mains !



Il est très important de se laver les mains souvent.

Lavez-vous toujours les mains :

- Avant de manger.
- Lorsque vous vous êtes mouché, avez éternué ou toussé.
- Lorsque vous rentrez chez vous.
- Lorsque vous avez pris le bus ou le train.
- Lorsque vous avez rendu visite à une personne malade.
- Lorsque vous êtes allé aux toilettes.
- Lorsque vos mains sont sales.

Il est très important de se laver les mains **correctement**.

Voici comment :

- Mouillez-vous les mains.
- Prenez du savon. Du savon liquide, de préférence.
- Frottez-vous les mains pour que ça mousse.
- Répandez la mousse sur toute la main.
Aussi entre les doigts et sous les ongles.
- Rincez bien vos mains sous l'eau.
- Séchez bien vos mains. De préférence avec du papier.

Attention également :

- Evitez de porter des bagues.
- Soignez votre peau.
- Coupez-vous vos ongles très courts.

Toussez et éternuez dans un mouchoir ou dans le creux du coude !



- Placez quelque chose devant le nez et la bouche lorsque vous tousssez ou éternuez.
De préférence un mouchoir en papier.
- Ou alors tousssez dans le creux du coude.
- Mouchez-vous dans un mouchoir en papier.
N'utilisez pas de mouchoir en tissu.
- Utilisez le mouchoir en papier une seule fois.
Et jetez-le.

Restez chez vous si vous avez de la fièvre et de la toux !



Si vous avez de la fièvre et de la toux :

- Restez chez vous.
N'allez pas au travail ou à l'école.
- Ne sortez pas de chez vous.
- Ne rencontrez pas d'autres personnes.
- N'allez pas tout de suite chez le médecin :
téléphonez d'abord !

Gardez une certaine distance avec les autres !



Gardez toujours une certaine distance avec les autres.
De préférence, 2 mètres au minimum.

Par exemple :

- Dans la file d'attente à la caisse, à la poste ou à la cantine :
tenez-vous à distance de la personne devant vous et de la personne derrière vous.
- Dans les réunions :
laissez toujours une chaise libre entre vous et les autres.
- Quand vous saluez d'autres personnes :
Evitez de leur faire la bise.
Evitez de les embrasser.

Ne serrez pas la main !



Les mains ne sont pas toujours propres.

C'est donc important :

- Ne serrez pas la main.
- Ne touchez **pas** votre nez, votre bouche et vos yeux.
- Evitez les rassemblements avec de nombreuses personnes.

Si vous avez besoin de l'aide d'un médecin : appelez toujours avant !



N'allez pas chez le médecin si vous avez seulement
de la toux et un petit peu de fièvre.

Restez chez vous.

Et reposez-vous.

Vous avez besoin d'un médecin seulement
si vous êtes vraiment malade.

Très important :

- **N'allez pas** chez votre médecin ou
à l'hôpital sans avoir téléphoné.
- Appelez **toujours** avant.

Qui sont les personnes les plus en danger ?

Les personnes de plus de 65 ans sont particulièrement en danger.

Elles tombent souvent gravement malades.

Les personnes qui souffrent de ces maladies sont aussi en danger :

- Tension artérielle trop élevée
- Diabète
- Maladies du cœur et de la circulation
- Maladies des voies respiratoires
Par exemple : l'asthme
- Maladies et traitements qui affaiblissent le système immunitaire
- Cancer

Qu'est-ce qui est important pour les personnes âgées et déjà malades ?

Vous avez plus de 65 ans ?

Ou vous avez déjà une autre maladie ?

Alors nous vous recommandons :

- Ne prenez **pas** le bus ou le train.
- Allez au magasin quand il y a **peu** de monde.
Ou mieux, demandez à quelqu'un d'aller faire les courses pour vous.
- N'allez **pas** dans des lieux où il y a beaucoup de monde.
Par exemple : au cinéma, au concert, à une rencontre sportive, à une sortie en groupes.
- N'allez **pas** rendre visite à une personne dans un home ou à l'hôpital.

Si vous toussiez et avez de la fièvre.

Ou si vous avez de la peine à respirer :

- Restez chez vous.
- Appelez votre médecin. Ou l'hôpital.
Expliquez vos problèmes.

Quand une personne est-elle contagieuse ?

Une personne est contagieuse :

- Quand elle est malade.
Autrement dit quand elle tousse beaucoup ou a beaucoup de fièvre.
- Mais aussi, juste avant de tomber malade.

Lorsque vous êtes contaminé, vous ne tombez pas malade tout de suite.
Il peut se passer jusqu'à 14 jours avant de voir apparaître les symptômes.

Quels sont les symptômes de la maladie ?

Les symptômes qui apparaissent le plus souvent sont :

- La fièvre
- La toux
- La difficulté à respirer
- L'inflammation des poumons

Comment se déroule la maladie ?

La maladie n'est pas toujours grave.

Certaines personnes sont juste légèrement malades.

Mais d'autres sont très malades et doivent aller à l'hôpital.

Quel traitement recevez-vous lorsque vous êtes malade ?

Il n'y a pas encore de médicament contre cette maladie.

Les antibiotiques n'ont aucun effet sur elle.

Mais on peut traiter les symptômes (toux, fièvre).

Si vous êtes gravement malade,

vous serez soigné aux soins intensifs de l'hôpital.

Peut-être aurez-vous besoin d'un appareil pour vous aider à respirer.