

POINT D'INFORMATION – HFDS ET MÉDECINE DE PRÉVENTION

CONSIGNES À TENIR - CORONAVIRUS COVID-19

RETOUR D'UNE ZONE D'EXPOSITION À RISQUE DE MOINS DE 14 JOURS

- En cas de symptômes (fièvre, signes respiratoires...), rester à domicile et contacter le centre 15
- En l'absence de symptômes, réduire ses activités sociales, surveiller sa température 2 fois par jour, privilégier le télétravail si possible.

PERSONNE ASYMPTOMATIQUE VIVANT DANS UNE ZONE DE CIRCULATION ACTIVE DU VIRUS OÙ EXISTENT DES CAS GROUPÉS (OISE, HAUTE SAVOIE, MORBIHAN, HAUT RHIN)

- Réduire ses activités sociales, ses déplacements
- Éviter le contact avec les personnes fragiles (femmes enceintes, malades chroniques...)
- Pas de quatorzaine, privilégier le télétravail si possible
- Surveiller sa température 2 fois par jour et au moindre doute (apparition de fièvre, toux, difficultés respiratoires ...), rester chez soi et contacter le centre 15 en faisant état de vos symptômes

PERSONNE ASYMPTOMATIQUE AYANT ÉTÉ EN CONTACT ÉTROIT AVEC UN CAS CONFIRMÉ (cas confirmé= toute personne symptomatique ou non avec un prélèvement confirmant l'infection par le sars-cov-2)

- Mise en quatorzaine
- Surveiller 2 fois par jour sa température
- Porter un masque chirurgical pour protéger l'entourage
- En cas de symptômes, contacter l'ARS

DÉFINITION DU CONTACT ÉTROIT : personne qui à partir de 24 heures précédant l'apparition des symptômes d'un cas confirmé, a partagé le même lieu de vie (famille, même chambre) ou a eu un contact direct avec lui, en face à face, à moins d'1 mètre du cas et/ou pendant plus de 15 minutes, lors d'une discussion ; flirt ; amis intimes ; voisins de classe ou de bureau ; voisins du cas dans un moyen de transport de manière prolongée.

CONSIGNES RELATIVES AUX VOYAGES

Les personnes revenant des zones où circulent activement le virus ne sont plus soumises à quatorzaine depuis le 29 février 2020 mais sont toutefois invitées à rester vigilantes sur l'apparition de symptômes. **Le télétravail, lorsqu'il est possible, peut être envisagé.**

Éviter les voyages hors de l'Union européenne ou dans les zones à risques en Europe (identifiées sur le site du Ministère de l'Europe et des affaires étrangères (MEAE), sauf nécessité avérée. Quelle que soit la destination, il est recommandé de consulter régulièrement et avant tout départ le [site internet du MEAE](#).

RAPPEL DES MESURES BARRIÈRES

- Se laver régulièrement les mains à l'eau et au savon, ou avec une solution hydro-alcoolique
- Tousser ou éternuer dans son coude
- Utiliser un mouchoir à usage unique
- Saluer sans se serrer la main, éviter les embrassades

CONSIGNES RELATIVES AUX MASQUES ET AUX GANTS

- Le port des masques n'est réservé qu'aux personnes malades et aux personnels soignants et chargés du secours à victimes.
- **L'usage à titre préventif des masques pour les personnes n'étant pas en contact rapproché avec des malades est en effet inutile.**
- **L'usage des gants est déconseillé.**
- Le lavage de mains fréquent est à privilégier.

Pour toute question non médicale :

Plateforme numéro vert : **0800 130 000** (en français – ouvert 24h/24 et 7j/7)

Questions-réponses en ligne : www.gouvernement.fr/info-coronavirus

Face au Coronavirus, il existe des gestes simples pour préserver votre santé et celle de votre entourage :



Se laver les mains
très régulièrement



Tousser ou éternuer
dans son coude



Utiliser des mouchoirs
à usage unique



Saluer sans se serrer la main,
éviter les embrassades



Porter un masque quand
on est malade