

COVID-19 : Comment vous protéger

QU'EST-CE QUE LE COVID-19 ?

Ce coronavirus est apparu en Chine, en décembre 2019 et s'est depuis lors répandu presque partout dans le monde. La maladie affecte le système respiratoire. Elle est très contagieuse, avec des symptômes semblables à ceux d'un simple rhume dans de nombreux cas, mais qui peuvent être mortels pour certains cas graves. Il est donc important de prévenir TOUT LE MONDE afin qu'ils n'affectent pas les autres, et d'empêcher le COVID-19 de se propager davantage.

Quels sont les symptômes ?



Toux sèche



Fièvre



Maux de tête



Fatigue



Douleurs musculaires



Problèmes respiratoires



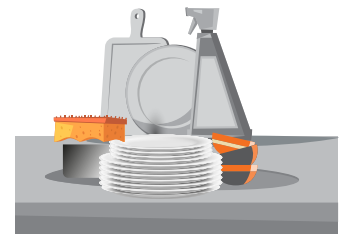
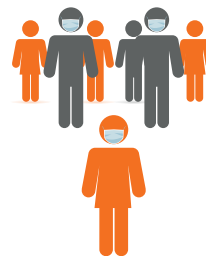
Une personne peut être infectée sans présenter aucun symptôme, et propager la maladie

Comment le COVID-19 se répand-il ?

- ▶ Par petites gouttelettes libérées en toussant ou en éternuant
- ▶ Ces gouttelettes s'attachent aux objets et aux surfaces, telles que les tables, les poignées de porte et les mains courantes
- ▶ Quiconque touche ces surfaces court le risque de voir le virus se propager dans le corps par la bouche, le nez ou les yeux
- ▶ Il est probable que le virus se propage également par voie aérienne

Comment vous protéger et protéger les autres ?

- ▶ Lavez-vous les mains régulièrement avec du savon et de l'eau, au moins pendant 20 secondes
- ▶ Si vous n'avez pas d'eau, utilisez une solution désinfectante
- ▶ Si vous devez éternuer ou tousser, utilisez un tissu ou vos manches
- ▶ Jeter le tissu dans la poubelle après utilisation
- ▶ Portez un masque
- ▶ Essayez de garder une distance minimale de 1,5 mètre avec vos voisins
- ▶ Restez à l'écart des foules autant que possible
- ▶ Si quelqu'un de votre famille ou de votre entourage immédiat commence à montrer un ou plusieurs symptômes décrits ci-dessus, isolez la personne du reste du ménage



Personne n'est invulnérable!

- ▶ Les **personnes âgées** sont les plus touchées
- ▶ Les personnes qui souffrent de maladies **respiratoires et cardiovasculaires, de diabète, d'hypertension, de cancer et de malnutrition** sont les plus à risque
- ▶ Les personnes dont le système immunitaire est affaibli en raison de **l'absence de traitement du VIH/SIDA** sont plus vulnérables
- ▶ L'abus de **cigarettes** et **d'alcool** pourrait avoir des effets négatifs
- ▶ **Les femmes prenant soin des autres** sont d'autant plus exposées



PROGRAMME PARTICIPATIF D'AMÉLIORATION DES BIDONVILLES

