

PREFET DES COTES D'ARMOR

Recommandations relatives au COVID-19

Mises à jour le 28 février 2020 - 14h30

S'INFORMER

<p>Si vous souhaitez connaître l'ensemble des informations et recommandations concernant le nouveau coronavirus COVID-19 (pas de conseils médicaux)</p>	<p>Consulter le site du gouvernement : https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus</p> <p>Appelez le 0 800 130 000 7 jours sur 7, 24 heures sur 24</p>
<p>Si vous présentez des signes d'infections respiratoires dans les 14 jours suivant un retour de Chine (Chine continentale, Hong Kong, Macao), de Singapour, de Corée du Sud, d'Iran ou des régions de Lombardie, de Vénétie et d'Emilie-Romagne en Italie</p>	<p>Appeler le 15</p>

APPLIQUER LES RECOMMANDATIONS DU MINISTERE DE LA SANTE

Pour tous les virus hivernaux :



**Se laver
les mains
régulièrement**



**Tousser
ou éternuer
dans son
coude**



**Utiliser
un mouchoir
à usage
unique**



**Porter
un masque
jetable quand
on est malade**

Pour le COVID 19 :



Les recommandations indiquées ci-dessous sont disponibles sur le site officiel du gouvernement (cf. lien ci-dessus). Ces recommandations sont régulièrement actualisées.

A la date du **28/02/2020**, le ministère des Solidarités et de la Santé rappelle les recommandations suivantes.

→ Pour les personnes revenant de Chine (Chine continentale, Hong Kong, Macao), de Singapour, de Corée du Sud, d'Iran ou des régions de Lombardie, de Vénétie et d'Emilie-Romagne en Italie

Pendant les 14 jours suivant le retour :

- Surveillez votre température 2 fois par jour.
- Surveillez l'apparition de symptômes d'infection respiratoire (toux, difficultés à respirer...).
- Portez un masque chirurgical lorsque vous êtes en face d'une autre personne et lorsque vous devez sortir.
- Lavez-vous les mains régulièrement ou utilisez une solution hydro-alcoolique.
- Evitez tout contact avec les personnes fragiles (femmes enceintes, malades chroniques, personnes âgées...).
- Evitez de fréquenter des lieux où se trouvent des personnes fragiles (femmes enceintes, malades chroniques, personnes âgées...).
- Evitez de fréquenter des lieux où se trouvent des personnes fragiles (hôpitaux, maternités, structures d'hébergement pour personnes âgées...).
- Évitez toute sortie non indispensable (grands rassemblements, restaurants, cinéma...).
- **Travailleurs/étudiants** : dans la mesure du possible, privilégiez le télétravail et évitez les contacts proches (réunions, ascenseurs, cantine...).
- **Les enfants, collégiens, lycéens** ne doivent pas être envoyés à la crèche, à l'école, au collège ou au lycée, compte tenu de la difficulté à porter un masque toute la journée.

→ **En cas de signes d'infection respiratoire (fièvre ou sensation de fièvre, toux, difficultés respiratoires) dans les 14 jours suivant le retour d'une zone où circule le virus :**

- Contactez le Samu Centre 15 en faisant état de vos symptômes et de votre séjour récent.
- Evitez tout contact avec votre entourage et conservez votre masque.
- Ne vous rendez pas chez votre médecin traitant ou aux urgences, pour éviter toute potentielle contamination.