



Evitez de partager les objets

- Ne partagez pas la vaisselle, les verres, les tasses, les brosses à dents, les serviettes ou la literie
- Après avoir utilisé ces objets, lavez-les avec de l'eau chaude et du savon
- Ne tirez pas sur la cigarette de quelqu'un d'autre
- Prenez vos repas séparément



Désinfectez les surfaces que vous touchez

- par exemple : table, table de nuit, poignée de porte, siège de toilette, sol, ...
- une fois par jour
- avec de l'eau contenant 4% d'eau de javel (mettez 40 ml d'eau de javel pour un litre d'eau du robinet).



Nettoyage des toilettes après les selles

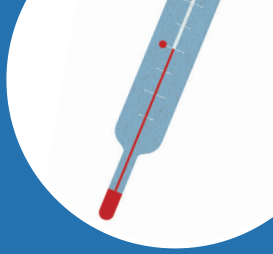
- Fermez le couvercle après avoir été à selles puis tirez la chasse d'eau
- Lavez-vous les mains et attendez 5 minutes
- Ensuite, nettoyez les toilettes avec de l'eau contenant 4% d'eau de javel. N'utilisez pas d'autre produit contenant du chlore ou un autre agent nettoyant !

**TOUT CECI EST RECOMMANDÉ
POUR VOUS PROTÉGER.**

Ensemble, luttons contre la propagation du virus.

Editeur responsable : CHU de Liège - Date : 15.04.2020

Vous êtes (ou suspect d'être) infecté par le coronavirus COVID-19



Evitez de le transmettre
à d'autres personnes

15 avril 2020

Vous trouverez ici
une série de conseils.
Appliquez-les...

ou...
jusqu'à recevoir
les résultats d'un test
qui confirme que vous
n'êtes pas contaminé,
ce qui peut prendre
plusieurs jours.

...
jusqu'à la disparition
des symptômes et ce
pendant au minimum
7 jours consécutifs.

CHU
de Liège

Restez à la maison et évitez les contacts physiques avec d'autres personnes

- ne vous rendez pas au travail, à l'école ou dans des lieux publics
- n'utilisez pas les transports publics
- évitez toute visite à la maison

Appelez votre médecin

- si vos symptômes s'aggravent (p. ex. : difficulté de respirer, augmentation de la fièvre, ...)
- si quelqu'un de votre entourage commence aussi à présenter des symptômes (p. ex. : fièvre, toux, difficulté respiratoire, ...)

Si vous devez vous rendre aux urgences,

contactez l'accueil des urgences et signalez que vous êtes (ou suspect d'être) infecté par le coronavirus et portez votre masque.



Restez, dans la mesure du possible, à l'écart de vos proches.

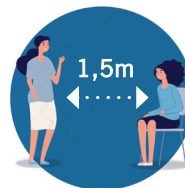
- Choisissez une pièce uniquement pour vous, y compris pour y dormir
- Évitez les pièces communes
- Si possible, utilisez une salle de bain et des toilettes différentes des personnes de votre famille.

Aérez les pièces de vie

- Plusieurs fois par jour, ouvrez pendant 30 minutes les fenêtres de la pièce où vous vous isolez

En présence d'une autre personne

- Maintenir une distance d'1,5m avec les autres personnes ou portez un masque chirurgical (à changer toutes les 8h ou lorsqu'il est humide et à jeter dans une poubelle fermée), ou un masque en tissu (à laver à 60°), ou couvrez-vous la bouche avec un tissu (foulard ou écharpe à laver chaque jour).



Lorsque vous tousssez ou éternuez

- couvrez-vous le nez et la bouche avec un mouchoir en tissu ou en papier



- Changez de mouchoir à chaque usage
- Jetez le mouchoir en papier usagé dans une poubelle fermée
- Lavez le mouchoir en tissu dans la machine à laver.

Puis, lavez-vous les mains

- si vous n'avez pas de mouchoir, tousssez/éternuez dans le pli de votre coude, l'envers de votre pull, ...



LAVEZ-VOUS LES MAINS

et demandez que vos proches ne touchent pas leurs yeux/nez/bouche avec des mains non lavées.

Quand ?

- après chaque toux, éternuement, passage aux toilettes, manipulation de linges souillés, ...
- et dans tous les cas, plusieurs fois par jour

Avec quoi ?

- de l'eau et du savon
- ou une solution hydro-alcoolique (avec minimum 60% d'alcool).

Comment ?

- Frottez vos mains pendant au moins 40 secondes
- Séchez-les
 - avec une serviette jetable (de préférence)
 - ou une serviette en tissu, à laver après chaque usage.

Qui ?

- Vous
- Toutes les autres personnes de la maison.