

FICHE PRATIQUE PAS DE PANIQUE... QUELQUES CONSEILS

PAS DE PANIQUE...

MAIS SOYONS CONSCIENTS DU CONTEXTE EPIDEMIQUE ACTUEL

- 1- **Gardons nos distances (1,5m) et évitons les embrassades et poignées de mains**
- 2- **Lavons-nous les mains** au savon ou au gel hydroalcoolique
- 3- **En cas de rhume, de toux ou d'éternuement isolons-nous bien au chaud, chez nous et téléphonons à notre médecin**
- 4- **Portons le masque** car nous pouvons être contagieux sans le savoir
- 5- **Téléchargeons l'application « Coronalert »** Développée par les universités, cette application est totalement anonyme et n'utilise pas la géolocalisation : c' est un geste solidaire et citoyen. Il va permettre de sauver des vies- *Le code permet à Sciensano d'informer le patient de manière anonyme du résultat du test via l'application Coronalert dès qu'il est disponible. Plus important encore, il permet au patient de notifier anonymement son infection aux autres utilisateurs de l'application avec lesquels il a eu un contact à haut risque. Ces contacts peuvent se faire tester.*

INFORMONS-NOUS

Appelez le **1710** si vous n'avez pas de médecin traitant.

Consultez les sites :

<https://www.info-coronavirus.be/>

<https://coronavirus.brussels/index.php/faq-covid-19/>

<https://covid.aviq.be/fr>

FICHE PRATIQUE PAS DE PANIQUE... QUELQUES CONSEILS

SITES DE REFERENCES

- Conseils d'hygiène au patient COVID-19 en isolement à la maison :
https://covid-19.sciensano.be/sites/default/files/Covid19/COVID-19_procedure_hygiene_case%20%26houshold_FR.pdf
- Conseils d'hygiène pour des contacts à haut risque asymptomatiques d'un patient atteint de COVID-19 :
https://covid-19.sciensano.be/sites/default/files/Covid19/COVID-19_procedure_hygiene_highriskcontact_FR.pdf
- Les frottis ne sont pas effectués (sauf exceptions) chez les patients de moins de 6 ans :
[lien pour l'information](#)
- Centres de testing :

En Wallonie : <https://covid.avig.be/fr/testing-particuliers#je-cherche-un-centre-de-test>

A Bruxelles : <https://coronavirus.brussels/index.php/ou-se-faire-tester-a-bruxelles/>

- Liste des zones rouges/oranges/vertes via le lien ci-dessous. Notez que tout pays hors-Europe est considéré comme une zone rouge.
<https://diplomatie.belgium.be/fr>
- Pour tout voyage à l'étranger dans **une zone rouge d'une durée de plus de 48h**, veillez à remplir le formulaire en ligne ci-dessous. Il en va de même pour un voyage plus court dont le retour a été effectué en AVION ou en BATEAU.
<https://travel.info-coronavirus.be/fr/public-health-passenger-locator-form>