

Sensibilisation fondamentale contre le Corona virus (Covid-19)

Consignes à respecter pour limiter la propagation du virus :

- **On peut être contagieux avant l'apparition des symptômes**, donc sans le savoir.
- Donc **tout le monde doit éviter tout contact avec une autre personne.**
- **Garder une distance d'au moins un mètre avec toute personne rencontrée.**
- **Sortir le moins possible et rencontrer le moins de monde possible.**
- Tousser dans son coude (pas dans sa main).
- Se laver très souvent les mains avec de l'eau et du savon.
- Ne pas croire toutes les infos qui circulent (surtout sur les réseaux sociaux). Beaucoup d'infos sont fausses.

Les Symptômes :

- Fièvre
- Fatigue
- Maux de tête
- Toux et maux de gorge
- Courbatures
- Gêne respiratoire

On peut avoir un ou plusieurs symptômes, ils sont plus ou moins graves selon les personnes.

Que faire ?

Le paracétamol aide à soigner la fièvre et les maux de tête, mais il n'y a pas de remède connu pour le moment. Il ne faut RIEN prendre d'autre !

Il ne faut pas paniquer. Il faut rester chez soi, appeler le centre de santé, se reposer et ne toucher personne pendant au moins 15 jours, pour ne pas contaminer ses proches.