



## Infos Covid 19 du 25 mars 2020

Mise à jour le 15 avril 2020

Mise à jour le 28 avril 2020



### SE RASSURER

Si vous pensez avoir été exposé au Covid 19 et/ou avoir des symptômes

vous pouvez faire le test sur le site <https://maladiecoronavirus.fr/>

→ suite à ce test, les démarches à suivre vous seront expliquées



### S'INFORMER



Numéro vert pour vos questions sur le Covid 19

ouvert 24h sur 24h et 7 jours sur 7

appel gratuit



ce numéro n'est pas habilité à dispenser des conseils médicaux



## **BESOIN D'UNE ECOUTE ?**

**« SOS confinement »**

**0 800 19 00 00**

7 jours sur 7, de 9h à 21h

**« Croix-Rouge chez vous »**

**09 70 28 30 00**

7 jours sur 7, de 8h à 20h

**Ligne écoute solitude Petits frères des Pauvres**

**0 800 47 47 88**

7 jours sur 7, de 15h à 20h

**Centre Hospitalier Spécialisé de la Savoie**

Plateforme santé mentale COVI19

**04 79 60 31 00**

Du lundi au vendredi, de 09h à 17h



## **SE DEPLACER**

En application de l'état d'urgence sanitaire, les déplacements sont interdits sauf dans les cas mentionnés sur l'attestation que l'on doit avoir obligatoirement à chaque sortie

cliquez sur ce lien pour accéder à la dernière attestation en vigueur :

<https://www.gouvernement.fr/sites/default/files/contenu/piece-jointe/2020/03/attestation-deplacement-fr-20200324.pdf>



nouvelle attestation au 24/03/2020

Pas de panique :

si vous n'avez pas d'imprimante, vous pouvez la reproduire sur papier libre

Elle doit être personnelle.

Vous munir également de votre pièce d'identité.

Les personnes souhaitant bénéficier de l'une de ces exceptions doivent se munir s'il y a lieu, lors de leurs déplacements hors de leur domicile, d'un document leur permettant de justifier que le déplacement considéré entre dans le champ de l'une de ces exceptions.

Les infractions à ces règles seront sanctionnées d'une amende de 135 euros avec une possible majoration à 375 euros et 1 500 euros en cas de récidive.



## CONSIGNES SANITAIRES



Je reste chez moi au maximum



Je me lave les mains fréquemment à l'eau et au savon

Démonstration sur :

<https://www.facebook.com/MagazinedelasanteF5/videos/210310006700013/>



Je tousse ou éternue dans mon coude ou dans un mouchoir

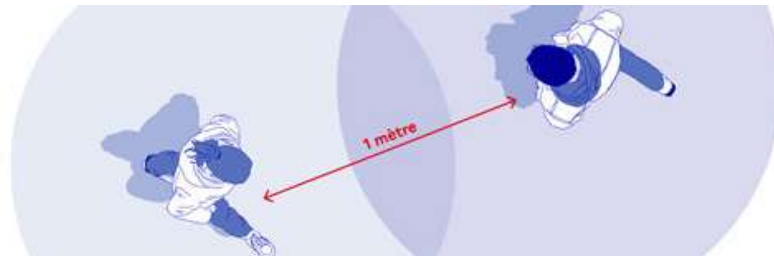


J'utilise des mouchoirs à usage unique



Je limite mes contacts

Je reste à une distance



lors d'une pratique d'activité physique





## ORDONNANCE EXPIREE

Vous souffrez d'une maladie chronique, vous avez besoin de renouveler votre traitement mais votre ordonnance est périmée ?

En raison du contexte sanitaire, le pharmacien peut exceptionnellement vous délivrer vos médicaments en informant simplement le médecin.

Le traitement est d'abord délivré dans une limite d'une période d'un mois avant de pouvoir être renouvelé. Cette disposition est valable jusqu'au 31 mai 2020.



## DERNIERE INFO MEDICALE

La prise d'anti-inflammatoires (ibuprofène, cortisone ...) pourrait être un facteur d'aggravation de l'infection. En cas de fièvre, prenez du paracétamol.

N'arrêtez pas votre traitement ! Consultez votre médecin ou votre pharmacien.

### Sources

<https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus>

<https://www.service-public.fr/particuliers/actualites/A13923>

<https://www.who.int/fr/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>

<https://www.irbms.com/>

Icons : <https://www.flaticon.com/> \_ <https://fotomelia.com/>