



## Je vais bien

J'applique les gestes barrières



**1** Je me protège et protège les autres. Je diminue mes contacts et reste à distance

**2** Je me lave les mains très souvent

**3** Je porte un masque y compris à mon domicile quand j'ai de la visite

**4** J'aère mon habitation 15 mn toutes les heures et je veille à une bonne hygiène



JE CONTINUE MON SUIVI MÉDICAL ET MES SOINS JE ME VACCINE



## Je suis cas contact à risque

J'ai été exposé.e au virus sans protection

**1** Je m'isole immédiatement

**2** L'Assurance maladie m'appelle pour m'indiquer que je suis cas contact à risque et m'informe des modalités

**3** Je fais un test antigénique le jour même :



- **Si le test est positif**, je m'isole L'Assurance maladie me contacte et j'appelle mon médecin

- **Si le test est négatif**, je reste isolé Je respecte les gestes barrières

**4** Je refais un test avant la sortie de l'isolement



JE RECONTACTE MON MÉDECIN ET J'AI LE RÉFLEXE VACCINATION



## J'ai des symptômes

Fatigue inhabituelle  
fièvre, courbatures, mal à la tête  
diarrhée, nez qui coule, toux,  
difficultés respiratoires,  
perte de goût et d'odorat...

**1** Je m'isole immédiatement et je contacte mon médecin traitant

**2** Je respecte les gestes barrières



**3** Je fais un test rapidement



**Si le test est positif**, l'Assurance maladie me contacte

**4** Je respecte l'isolement recommandé.



JE RECONTACTE MON MÉDECIN JE SERAI VACCINÉ(E) PLUS TARD

## Les gestes barrières

### Les gestes barrières, c'est quoi ?

- ➔ Le lavage fréquent des mains
- ➔ Le port du masque
- ➔ La distanciation de 2 mètres
- ➔ L'aération des pièces, 15 minutes toutes les heures.

### Pourquoi les appliquer ?

- ➔ Pour se protéger de la transmission du coronavirus et protéger les autres. Le virus est dans l'air, sur les surfaces et sur les mains.

### Est-ce efficace ?

- ➔ Il n'existe pour l'instant aucun traitement pour soigner la COVID-19. **Les gestes barrières et la vaccination sont la meilleure parade pour éviter les formes graves.**

### Pourquoi les appliquer si je suis vacciné.e ?

- ➔ Si je suis vacciné.e, je suis protégé.e des formes graves de la maladie mais je peux tout de même transmettre le virus.
- ➔ **Continuons à appliquer les gestes barrières pour freiner la transmission du virus.**

**Vos soignants vous accompagnent pour vous aider dans vos démarches.**

## L'isolement

### Je suis positif.ve ou cas contact à risque, pourquoi dois-je m'isoler ?

- ➔ Car même sans symptôme, je peux transmettre le virus.
- ➔ **L'isolement est le moyen le plus efficace de ne pas transmettre le virus à son entourage personnel et professionnel.**
- ➔ Quand je suis positif.ve, tous mes proches doivent également s'isoler.

### Qu'est-ce que ça veut dire exactement l'isolement ?

- ➔ **Aucune sortie ne doit être envisagée.**
- ➔ L'isolement, c'est rester chez soi, uniquement avec ceux qui habitent avec moi.
- ➔ L'Assurance maladie me contactera pour m'indiquer les aides possibles : visite infirmière, aide aux courses et à l'hébergement...

### Pendant combien de temps dois-je rester isolé.e ?

- ➔ Le temps d'isolement peut varier selon les situations. Pour plus d'informations, je peux :
  - contacter mon professionnel de santé
  - me rendre sur le site [ameli.fr](https://www.ameli.fr)
  - scanner le QR Code

## La vaccination

### Où en est-on ?

- ➔ Il existe plusieurs types de vaccins. Selon mon âge et mon état de santé, mon soignant me guidera vers le vaccin qui me correspond.
- ➔ Les vaccins sont mis à la disposition de la population par l'Etat.
- ➔ Les connaissances sur d'autres vaccins plus anciens et l'investissement mondial extraordinaire de la recherche ont permis la mise au point rapide de vaccins efficaces contre la COVID-19.

### Les vaccins sont-ils efficaces ?

- ➔ **Les vaccins contre la COVID-19 me protègent en évitant les complications de la maladie.** Les effets indésirables observés, comme pour tous les vaccins, sont passagers et attendus.
- ➔ **Se faire vacciner, c'est me protéger et protéger les autres. Les vaccins seront d'autant plus efficaces qu'un grand nombre de personnes sera vacciné.**

### Quand vais-je pouvoir me faire vacciner ?

- ➔ Le calendrier vaccinal évolue régulièrement. Pour plus d'informations, je peux scanner le QR Code :



Document créé par l'ensemble des professionnels de santé et partenaires sociaux du Vaucluse

