



INSTITUT DE FORMATION  
EN ERGOTHÉRAPIE  
- Montpellier -

### **Dernières recommandations dans le cadre du caractère évolutif de l'épidémie de COVID-19, dit Coronavirus.**

Les premières précautions standards à appliquer sont les suivantes :

- \* **Un lavage des mains régulier**
- \* **Tousser et éternuer dans son coude**
- \* **Eviter les contacts rapprochés comme la bise, le serrage de mains.**
- \* **Porter un masque lorsqu'on est malade**

Cependant, si vous avez transité ou voyagé dans ces lieux : Chine (Chine continentale, Hong Kong, Macao), de Singapour, de Corée du Sud, ou des régions de Lombardie et de Vénétie en Italie.

Vous devez durant **14 jours suivant le retour appliquer les mesures suivantes préconisées par le MSS :**

- Portez un masque chirurgical lorsque vous êtes en face d'une autre personne et lorsque vous devez sortir ;
- Lavez-vous les mains régulièrement ou utilisez une solution hydro-alcoolique ;
- Travailleurs/étudiants : dans la mesure du possible, privilégiez le télétravail et évitez les contacts proches (réunions, ascenseurs, cantine...);
- Surveillez votre température 2 fois par jour ;
- Surveillez l'apparition de symptômes d'infection respiratoire (toux, difficultés à respirer...);
- Évitez tout contact avec les personnes fragiles (femmes enceintes, malades chroniques, personnes âgées...);
- Évitez de fréquenter des lieux où se trouvent des personnes fragiles (hôpitaux, maternités, structures d'hébergement pour personnes âgées...);
- Évitez toute sortie non indispensable (grands rassemblements, restaurants, cinéma...)

**Si vous présentez de la fièvre ou sensation de fièvre, toux, difficultés à respirer :**

- Contacter rapidement le SAMU centre 15 en signalant le voyage
- Rester chez vous
- Eviter tout contact avec votre entourage et conservez votre masque ;
- Ne pas se rendre directement chez le médecin, ni aux urgences de l'hôpital.

Pour rester informé :

Le site d'information du gouvernement : <https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus>

**À destination du grand public, un numéro vert (0 800 130 000) a été mis en place par le ministère des Solidarités et de la Santé, ouvert de 09h00 à 19h00 sept jours sur sept.**

Cette plateforme téléphonique n'est néanmoins pas habilitée à dispenser des conseils médicaux qui sont assurés par les SAMU - Centres 15.