

HOE BLIJF JE GEZOND?

Hygiënemaatregelen



Was vaak je handen met zeep.



Hou 1,5m afstand.



Draag een mondmasker



Raak je ogen, neus en mond alleen aan met gewassen handen.

Heb je een zieke in huis?

raam open



Verlucht regelmatig de kamer.



Ontsmet dagelijks deurklinken, kranen, lichtschakelaars, telefoons



De zieke houdt afstand van de gezinsleden, eet en slaapt apart. Iedereen gebruikt eigen eetgerei, handdoek en laken.



Eén persoon, altijd dezelfde, verzorgt de zieke.

QUARANTAINES

Ben je ziek? Heb je een zieke in huis?
Kwam je in contact met iemand die corona heeft?

BLIJF THUIS.

Vermijd contact met andere mensen.

**Kom NIET naar een contactpunt.
ZEG een huisbezoek AF.**

Mobilant kan je ondersteunen bij

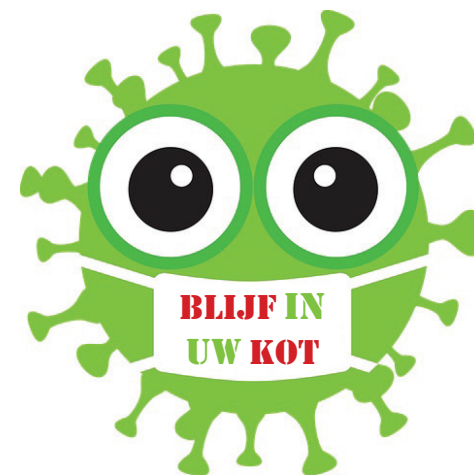
werk & school.
quarantaine & thuisisolatie.
huisarts & ziekenhuis.
contactopvolging

Kortom, heb je vragen?

bel: 03 458 42 50
mail: info@mobilant.be
of chat via de website
www.mobilant.be/chat

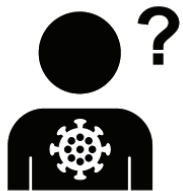
mobilant^{vzw}
want vragen helpt.

OOK JIJ KAN HELPEN CORONA TE STOPPEN



HOE?

DAT LEES JE IN DEZE FOLDER



ZIEK



TEST

CONTACT

Heb je 1 of meer van deze symptomen?

- Verlies van geur en smaak
- Droge hoest
- Weinig adem
- Plotse pijn in de borst
- Koorts
- Vermoeidheid



BLIJF THUIS | **quarantaine.**



Bel de huisarts. Die zal je **testen** op corona (Covid-19).



Vermijd contact.

Test je **positief?** Ai, dan heb je corona.

Wat doe je nu?



BLIJF THUIS tot je genezen bent. Minimum 7 dagen **thuisisolatie.**



Ontvang geen bezoek.



Leef apart van je gezinsleden of hou zoveel mogelijk afstand van elkaar.



Contactopvolging zal je bellen. Schrijf op met wie je contact had. Telefoon 02 214 19 19 | sms 8811



Wie bij jou in huis leeft, moet 7 dagen in quarantaine

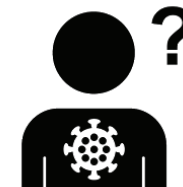


Test je **negatief?** Oef, dan heb je geen corona.

Je mag het huis verlaten en weer mensen ontmoeten. Volg steeds de **hygiëneregels.** Zo blijf je gezond!

Heb je een ziek familielid, vriend of collega ontmoet?

Kreeg je een sms van Contactopvolging?*



BLIJF THUIS | **quarantaine.**



Supermarkt of apotheker mag. Draag altijd een mondkemper!



Vermijd contact.



Wacht 5 dagen en laat je dan **testen.**

* Contactopvolging is een dienst van de overheid. Zij verwittigen je wanneer je in contact kwam met iemand die positief test. Per sms ontvang je een **code voor een test.** Die toon je aan je huisarts. Per mail ontvang je een quarantaine attest voor je werk.