



In heel wat landen in de wereld verspreidt het Coronavirus zich. Je gaat ervan hoesten, je krijgt er misschien koorts en ademhalingsmoeilijkheden door. Dit virus kan mensen erg ziek maken en is erg besmettelijk. Vooral oudere mensen en zieke mensen lopen hiervoor een ernstig risico.



### **Wat moet je doen als je zelf ziek bent, koorts en/of luchtwegklachten hebt (zoals hoesten en ademhalingsmoeilijkheden)?**

- Blijf thuis.
- Bel je dokter en vermeld je symptomen. Ga niet naar de wachtzaal of naar spoed. De huisarts bepaalt via de telefoon of je thuis kan uitzielen of naar het ziekenhuis moet.



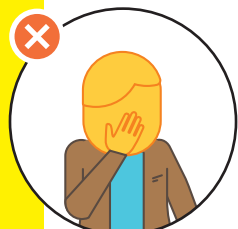
### **Wat kan je zelf doen om de risico's voor jezelf en anderen te verminderen?**

- Was heel regelmatig je handen.
- Geef geen hand of kus en vermijd knuffelen.
- Moet je niezen of hoesten, gebruik elke keer een nieuw papieren zakdoekje en gooi het weg in een afsluitbare vuilnisbak.
- Geen zakdoek? Hoest of nies in je elleboogholte.
- Probeer afstand te houden op plaatsen waar veel mensen bij elkaar komen.
- Vermijd contact met mensen die zichtbaar ziek zijn of hou voldoende afstand.
- Wees aandachtig voor risicogroepen (personen ouder dan 65 jaar, diabetici, personen met hart-, long- of nieraandoeningen, personen met een verzwakt immuunsysteem, ...).



### **Het virus mag zich niet verder blijven verspreiden. Daarom heeft de overheid strenge maatregelen genomen:**

- Neem enkel de bus, de tram of de trein als het niet anders kan.
- Bijna alle winkels zijn in het weekend dicht. Enkel de voedingswinkels, supermarkten en apotheken blijven open.
- Kinderen kunnen tot zondag 19 april 2020 niet meer naar school. Als je moet werken, moet je opvang voorzien. Grootouders of oudere mensen mogen hen niet opvangen om te vermijden dat de kinderen hen ziek maken. Enkel als je geen geschikte oplossing hebt kunnen gezonde kinderen terecht op school.
- Crèches blijven wel open.
- Alle activiteiten van sport, cultuur, folklore, feesten,... - privé of openbaar - mogen niet meer doorgaan. Restaurants, bars en cafés zijn gesloten.



### **Je mag blijven werken, maar volg bovenstaande richtlijnen en de richtlijnen van je werkgever op de voet en blijf thuis als je ziek bent.**

Meer informatie kan je vinden op [www.info-corona.be](http://www.info-corona.be)



Коронавирус распространяется по многим странам мира. Вирус вызывает кашель, возможное повышение температуры и затруднённое дыхание. Данный вирус может привести в очень болезненное состояние и является очень заразным. Огромному риску подвергаются в большинстве пожилые и больные люди.

Что вы должны делать если заболели, поднялась температура и/или если появились отклонения в работе дыхательных путей (таких как кашель и затруднённое дыхание)

- Оставайтесь дома.
- Позвоните вашему врачу и поставьте его в известность о ваших симптомах. Не идите в зал ожидания врача или в скорую. Семейный врач определит по телефону возможность переболеть дома или необходимость обращения в больницу.

Что вы можете сделать, чтобы уменьшить риск заболевания, как для самого себя, так и для других?

- Мойте регулярно руки.
- Исключите рукопожатия или поцелуи и избегайте объятий.
- При чихании или кашле используйте каждый раз новый бумажный носовой платок и выбрасывайте его в закрывающееся мусорное ведро.
- Нет при себе носового платка? Кашляйте или чихайте в локтевой сгиб руки.
- Старайтесь держаться на расстоянии в местах большого скопления людей.
- Избегайте контакта с людьми, которые явно больны или держитесь на достаточном расстоянии.
- Будьте внимательны к группам риска (лица старше 65 лет, больным диабетом, лица с сердечными, лёгочными или почечными заболеваниями, лица с ослабленной иммунной системой, ...).

Нельзя чтобы вирус дальше распространялся, поэтому правительство приняло строгие меры:

- Пользуйтесь услугами автобуса, трамвая или поезда только в случае, если нет другой возможности.
- Почти все магазины закрыты на выходные. Открыты только продуктовые магазины, супермаркеты и аптеки.
- До воскресенья 19 апреля 2020 г. дети не могут идти в школу. Если вы должны идти на работу, то вы сами решаете с кем остаются дети. Оставлять детей у бабушки с дедушкой или у пожилых людей нельзя, во избежание заражения от детей. Только в случае, если вы не нашли подходящего решения, то здоровые дети могут находиться в школе.  
Ясли продолжают работать.
- Все мероприятия, касающиеся спорта, культуры, фольклора, ... - частные или общественные - запрещаются. Рестораны, бары и кафе - закрыты.

Можно продолжать ходить на работу, но строго соблюдайте вышеупомянутые указания и указания работодателя. Если вы больны - то оставайтесь дома.

Больше информации вы сможете найти на сайте [www.info-corona.be](http://www.info-corona.be)

