



## Comment prévenir Covid-19 ?

- Lavez-vous fréquemment les mains avec de l'eau et du savon ou, avec un désinfectant à base d'alcool,
- Couvrez-vous la bouche et le nez avec le pli du coude ou un mouchoir lorsque vous toussiez ou éternuez. Puis jeter le mouchoir utilisé dans une poubelle,
- Évitez de vous toucher le visage avec les mains sales
- Évitez tout contact rapproché avec des personnes présentant des symptômes comparables à ceux d'un rhume ou de la grippe,
- Respecter autant que possible la distanciation sociale d'au moins 1 a 2m
- Nettoyer fréquemment les surfaces et les objets que l'on touche,
- Limiter les déplacements au strict nécessaire pour les personnes présentant des signes de vulnérabilité,
- Éviter la fréquentation des lieux publics a savoir les marches, les centres agglomérés



## Que faire si vous avez été en contact avec une personne dont le test est positif ?

- Observez une période d'auto-isolation de 14 jours,
- Rester chez soi, de préférence dans une pièce (chambre individuelle),
- Faites livrer à votre porte de la nourriture et d'autres produits essentiels, tels que des médicaments pour les sujets a risques ,
- Ne quittez la chambre que si c'est nécessaire,
- Limiter ses mouvements (pas de sortie en public, réduire les visites, réduire le contact physique avec ses dépendants, garder la distance d 'au moins 1 a 2m),
- Surveillez son état de santé, si vous avez de la fièvre, de la toux ou des difficultés respiratoires **contactez les points focaux médicaux [cliquez-ici](#) pour trouver leurs contacts,**
- Ne pas aller à l'hôpital sans l'avis des points focaux santé,
- Et signaler au point focal tout problème de santé,

## Que faire si votre test est positif ?

- Il est impératif de rester strictement à domicile,
- Ne pas avoir de contact physique avec votre entourage
- Évitez strictement l'automédication,
- **Appelez le point focal de votre agence** pour une assistance immédiate ,
- Vous serez pris en charge par les services de santé compétents,

## Où demander de l'aide ?

- Contactez sans délai les services compétents en cas de persistance des symptômes:
  - Les points focaux santé de vos services respectifs,
  - [Cliquez-ici](#) pour trouver les points focaux médicaux au Niger,
- Trois psychologues ont été recruté pour vous fournir toute autre assistance:
  - **Dr SAIDOU KALILOU: 80086209**
  - **Pr FATCHIME MAYAKI: 80086210**
  - **MARZIA VIGLIARONI: 92185852**

**#Restezchezvous**  
**#COVID19**  
**#Coronavirus**

