

QUE FAIT ALIGHT? Alight est en première ligne, empêchant la propagation du Coronavirus dans les 19 pays où nous travaillons. Notre objectif est de protéger les gens, nos communautés, notre personnel et les personnes que nous servons. Voici quelques lignes directrices de l'Organisation Mondiale de la Santé (WHO).



COMMENT POUVONS-NOUS MIEUX NOUS PROTÉGER?

La prévention est la meilleure approche : le virus peut se propager même sans symptômes. Aider à arrêter la propagation:

- Lavez-vous les mains fréquemment (pendant 40-60 secondes au minimum)
- Utilisez un désinfectant pour les mains (au taux de 70% d'alcool).
- Gardez une distance d'un mètre des voisins dans les foules
- Évitez de vous toucher le visage ou toucher les autres
- Contenir la toux et les éternuements dans les tissus ou dans votre coude

QUELS SONT LES SYMPTÔMES?

Les symptômes courants sont les suivants :

- Fièvre
- Fatigue
- Toux sèche

Et dans certains cas

- Courbatures
- Écoulement nasal
- Douleurs à la gorge
- Diarrhée

Certaines personnes ne développent pas de symptômes et ne se sentent pas mal.

COMMENT PROTÉGEONS-NOUS AU MIEUX NOS COMMUNAUTÉS?

Nous devons pratiquer la **distanciation sociale**, ce qui implique de limiter le nombre de personnes avec lesquelles nous passons du temps, moins nous touchons de personnes, moins il y a de personnes qui peuvent être infectées.

- N'assistez pas à des réunions inutiles.
- Lavez-vous les mains et évitez de vous toucher le visage ou d'autres personnes
- Dans les foules, essayez de maintenir une distance d'un mètre de votre voisin
- Soyez particulièrement prudent lorsque vous interagissez avec les personnes vulnérables
- Par-dessus tout, continuez à pratiquer une bonne hygiène, et si vous vous sentez malade, appelez un agent de santé!

QUI DEVRAIT ÊTRE PLUS PRUDENT?

En général, les symptômes sont généralement légers. 1 à 5 cas sont graves (nécessitent une attention à l'hôpital)

COVID-19 est le plus dangereux pour:

- Les personnes âgées
- Les personnes vivant avec des maladies préexistantes comme les maladies cardiaques, le diabète, les maladies respiratoires et le VIH
- Les femmes enceintes doivent être prudentes

QUE DEVEZ-VOUS FAIRE SI QUELQU'UN EST MALADE?

- Communiquez avec un agent de santé pour obtenir des conseils et de l'aide, idéalement par téléphone
- Évitez qu'une personne malade se rende dans une Clinique ou dans autre lieu public si possible.
- Si vous aidez une personne présentant des symptômes, Assurez-vous de vous laver les mains et, si disponible, portez un masque et des gants.

Y A-T-IL UN VACCIN?

Il n'y a pas encore de vaccin; bien que les chercheurs travaillent à la mise au point d'un vaccin, il pourrait prendre plus d'un an pour être disponible. Pendant ce temps la prévention est le meilleur choix.