

Je had op school oppervlakkig contact met iemand met corona. Wat kan je doen?

Word je nu ook ziek?

De kans is klein dat je corona krijgt.

Wat moet je doen?

Wees niet ongerust, maar **let wel extra goed op** gedurende 14 dagen nadat je contact had met iemand met corona. Doe dit tot en met **19/10/2020**.

1. Beperk je sociale contacten:

- **Contact met huisgenoten, op school of het werk: oké.**
Je hoeft niet altijd thuis te blijven. Je kan nog naar school of blijven werken. Volg de richtlijnen van de school strikt op.
- **Andere contacten moet je wel beperken.** Spreek gedurende **14 dagen** niet af met andere personen. Even dus geen hobby's meer en geen contact met kwetsbare familieleden of vrienden.
- Je huisgenoten hoeven hun contacten niet extra te beperken.



2. Volg je gezondheid op

Voel je je ziek: heb je koorts, kan je moeilijk ademen, moet je vaak hoesten, heb je keelpijn, kan je niet zo goed meer ruiken en proeven? Bel je **huisarts**.



Moet je getest worden?

- Voel je je niet ziek? Dan is een **test niet nodig**.
- Voel je je wel ziek? Dan beslist je huisarts of een test nodig is.
- Beslist de huisarts om te testen en toont de test dat je corona hebt? Verwittig dan ook het **CLB**. Zo kan de CLB-arts snel beslissen of extra maatregelen nodig zijn op school.

Hoe bescherm je jezelf en anderen?

- **Hoest en nies** in een zakdoek. Gooi papieren zakdoeken meteen in een afgesloten vuilnisbak. Was daarna je handen. Heb je geen zakdoek? Hoest en nies dan in de plooi van je elleboog.
- Was je **handen** met water en zeep. Doe dat meerdere keren per dag, gedurende 40 tot 60 seconden. Droog je handen af met een propere handdoek.
- Raak je **ogen, neus en mond** zo weinig mogelijk aan met je handen.



Vrij CLB Ninove

054 33 90 19

corona@clbninove.be

Dit document is gebaseerd op de richtlijnen van Sciensano. VWVJ, 1-10-20