

# Qu'est-ce qui se passe avec le Coronavirus?



COVID-19, une nouvelle souche du coronavirus, a été déclarée une pandémie globale par l'Organisation Mondiale de la Santé. Les symptômes du virus COVID-19 ressemble les symptômes de la grippe et se propage rapidement; cette pandémie peut surcharger notre infrastructure de santé actuelle. **Les personnes les plus à risque sont les personnes âgées (plus de 60 ans) et celles qui ont des problèmes de santé comme par exemple, l'asthme, le COPD, le diabète, ou la cardiopathie.**

## Et alors porque tout ce bruit?

COVID-19 est extrêmement contagieux et notre système de santé n'est pas préparé à soigner tout le monde si le taux de croissance continue ainsi. C'est notre responsabilité collective de ralentir la propagation du virus au plus vulnérables. Le plus important c'est d'éviter que nous ou nos proches ne tombent malade. Comme la grippe, la meilleure chose qu'on puisse faire c'est de rester en bonne santé. **Nous pouvons sauver des vies par pratiquer la distance sociale, se laver régulièrement les mains, et d'éviter de se toucher le visage.**

## Services de santé gratuits ou bon marché à Rhode Island:

\*\*\* si vous pensez que vous avez peut-être le Coronavirus, APPELEZ A L'AVANCE avant de vous présenter en personne \*\*\*

**Community Health Centers** - Sans assurance maladie → Barème dégressif basé sur le revenu; toutes assurances maladies aussi accepter

- ♦ Blackstone Valley Community Health Center: Pawtucket & Central Falls - 722-0081
- ♦ Thundermist: West Warwick & Woonsocket - 615-2800

- ◆ Tri-County Health Center: Johnston & N. Providence - 351-2750
- ◆ Providence Community Health Center: Providence - 444-0570
- ◆ East Bay Community Action Program: Riverside & Newport - 437-1008

**Dispensaires gratuits** - services de santé gratuit ou à peu de frais

- ◆ Clinica Esperanza, Providence - 347-9093
- ◆ Rhode Island Free Clinic, Providence - 274-6347

Les salles d'urgences à l'hôpital et les cliniques de soins urgent **sont beaucoup plus chères**. Si vous êtes dans un cas d'urgence, voici des hôpitaux dans la région:

- ◆ Rhode Island Hospital / Hasbro Children's Hospital (Providence)
- ◆ Miriam Hospital (Providence)
- ◆ Roger Williams Medical Center (Providence)
- ◆ Kent Hospital (Warwick)
- ◆ Newport Hospital (Newport)
- ◆ South County Hospital (Wakefield)

## Information au sujet du COVID-19:

- ◆ Les symptômes du COVID-19 peuvent sembler légères. Les symptômes les plus communs sont la toux sèche et la fièvre.
- ◆ Le COVID-19 se propage par la « transmission par aérosols » - c'est à dire, des fluides de nos poumons qui se mélange avec la salive dans notre bouche. La propagation peut se produire dans un rayon de 6 pieds par toux ou éternuement, ou en touchant des surfaces qui étaient en contact avec le virus dans les 9 derniers jours.
- ◆ Les symptômes peuvent se produire entre 2 et 14 jours après l'exposition. Si vous vous croyez avoir été exposé au virus, appelez votre médecin (voir les options à peu de frais au revers), et, si possible, isolez-vous et évitez tout contact avec d'autres personnes pendant 14 jours.
- ◆ Le traitement est principalement des soins de soutien - se reposer, boire de l'eau, traiter la toux et la fièvre.
- ◆ Pour les symptômes graves (fièvre très élevée, difficulté respiratoire), la condition peut s'aggraver rapidement. Obtenez immédiatement des soins d'urgence. (Voir les options à peu de frais au revers)

# Protégeons-nous nous-même et les autres:

- ◆ **Pratiquer la distance social** - éviter les foules et s'éloigner des autres (au moins 6 pieds). Limiter tout contact avec les autres, particulièrement les personnes qui sont vulnérable aux maladies graves.
- ◆ **Se laver les mains** avec de l'eau et du savon pendant au moins 20 secondes peut tuer le virus. Les gels désinfectants pour les mains (d'au moins 60% d'alcool) marchent aussi. Il faut bien se nettoyer entre les doigts et en dessous des ongles ! C'est une bonne idée de désinfecter les surfaces souvent touchés comme les téléphones portables.
- ◆ Éviter de se toucher le visage avec les mains non-lavées.
- ◆ Si vous vous sentez malade, restez à la maison, isolez-vous, et appelez un médecin.
- ◆ **Et les masques protecteurs?**
  - ◇ Les masques protecteurs n'aident pas beaucoup à empêcher la propagation du virus dans les lieux publics.
  - ◇ Il vaut mieux utiliser un masque protecteur si vous êtes malade ou si vous soigner quelqu'un qui est malade (fièvre, toux).
  - ◇ Si vous utiliser un masque, ne vous toucher pas le visage pendant que vous l'utilisez.

## Questions à considérer:

- ◆ *Est-ce que j'ai des conditions de santé non-traités?*
- ◆ *Est-ce que j'ai besoin de renouvellement de médicaments ? Inhalateurs, insuline, etc.*
- ◆ *Est-ce qu'il y a des personnes dans mon entourage qui sont immunodéprimées ou âgées ? Comment est-ce que je peux les soutenir?*
- ◆ *Comment est-ce que je peux me sentir connecté émotionnellement, mais aussi lié (d'une manière qui n'est pas physique) avec ma communauté?*
- ◆ *Est-ce qu'il y a un cabinet médical ou je peux aller si je me sens malade?*

**Tout cela pour dire - le plus important c'est de rester en bonne santé, lutter pour des communautés saines, et de prendre soin les uns des autres.**

Questions? Envoyez-nous un message à l'adresse mail suivante:

**amormentalhealth@gmail.com** ou appelez la ligne directe: **(401) 675-1414**

Pour plus d'information: **health.rh.gov/covid** + **covid19.amorri.org**