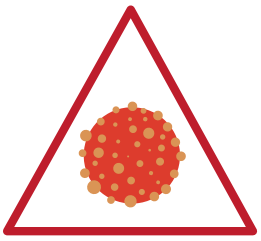
SECRÉTARIAT D'ÉTAT
CHARGÉ DES PERSONNES
HANDICAPÉES

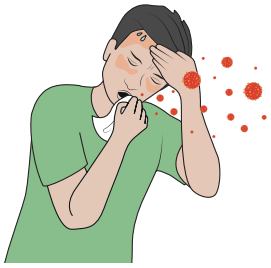
Liberté
Égalité
Fraternité

Le 11 mai c'est le début du déconfinement

Attention, le Covid-19 est toujours là.
Le Covid-19 est aussi appelé coronavirus.



Je peux encore avoir le Covid-19.



Je choisis

je reste confiné

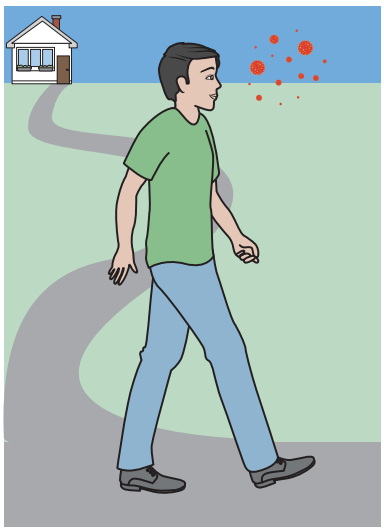
Je reste chez moi le plus souvent.

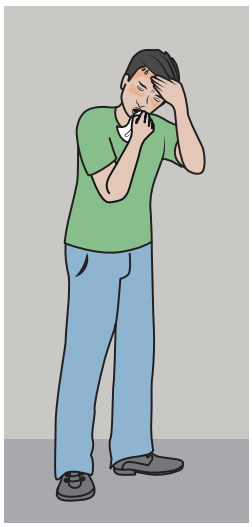
ou

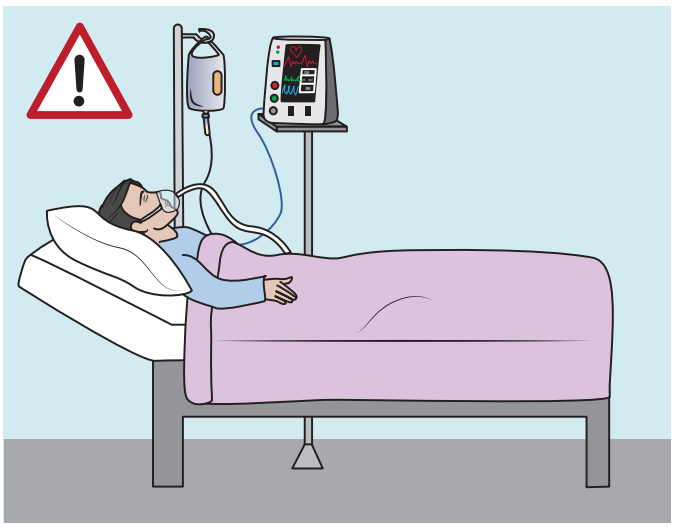
je me déconfine

Je sors de chez moi en me protégeant.

Si je suis fragile et que j'ai le Covid-19, je peux être gravement malade







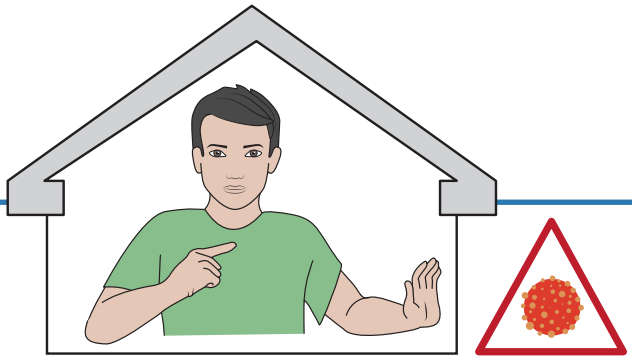
CNCPH

Santé publique France

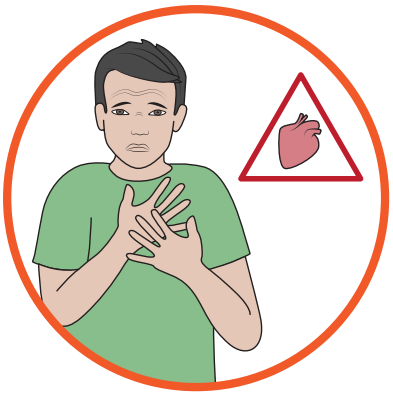
SANTÉ BD .org

Si je suis fragile, c'est mieux de rester confiné

Je suis fragile si j'ai une maladie grave :

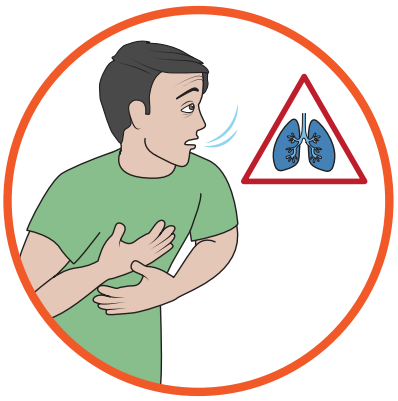


une maladie du coeur,



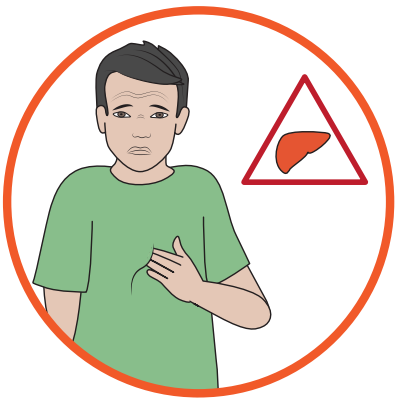
du diabète,

une maladie des poumons,

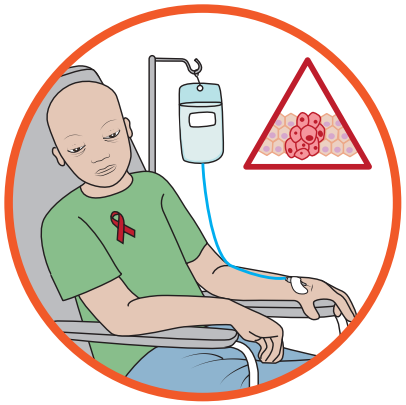


une maladie des reins,

une maladie du foie,

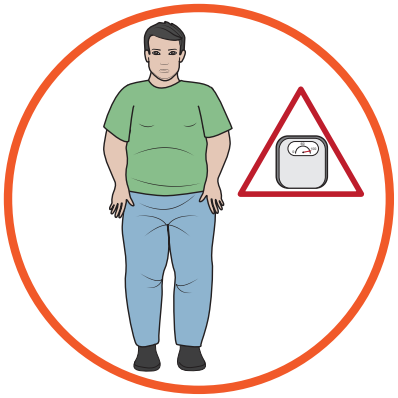


un cancer,



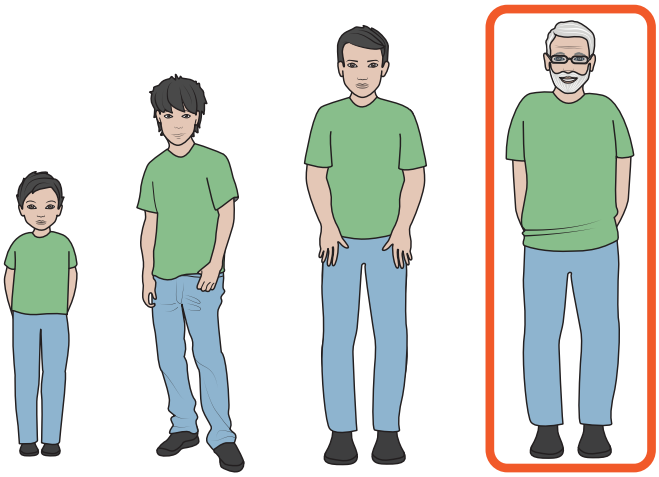
une faible immunité,
C'est un manque de défenses contre les microbes,

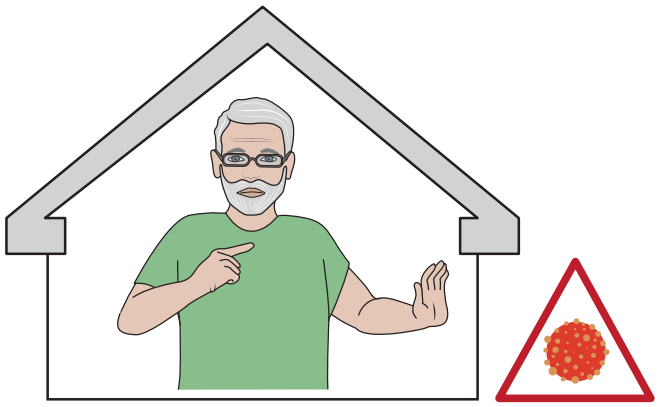
de l'obésité.



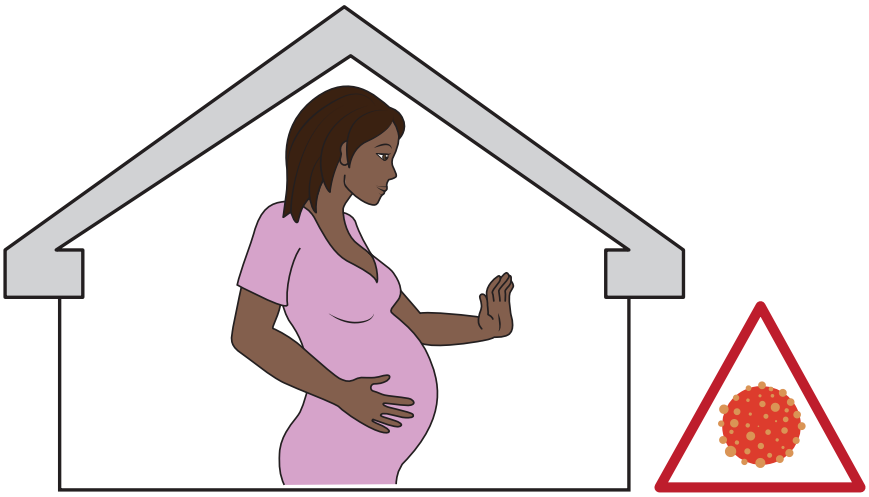
Je suis aussi fragile :

si j'ai plus de 65 ans,





si je suis une femme et que je suis enceinte.



Mon médecin et ma famille peuvent me conseiller de rester confiné.

Si je choisis de me déconfiner, je reprends mes activités en me protégeant

Je continue les gestes barrière :

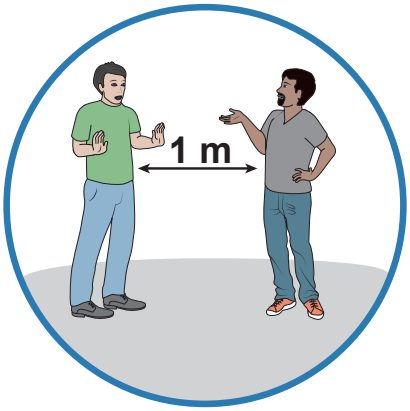
je me lave les mains très souvent,

j'éternue dans mon coude,

j'utilise un mouchoir en papier et je le jette,

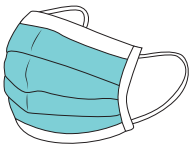
je ne touche pas mon visage,

je reste à plus d'1 mètre des autres personnes,



je salue les personnes sans les toucher.

Si je suis fragile, je mets toujours un masque quand je sors de chez moi, par exemple :



quand je vais travailler,

quand je vais chez le docteur,

quand je fais les courses.

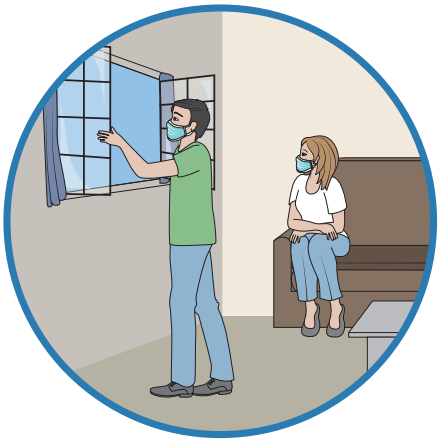
Si je suis fragile et que je reçois des personnes chez moi :

je porte un masque
quand mon visiteur arrive,

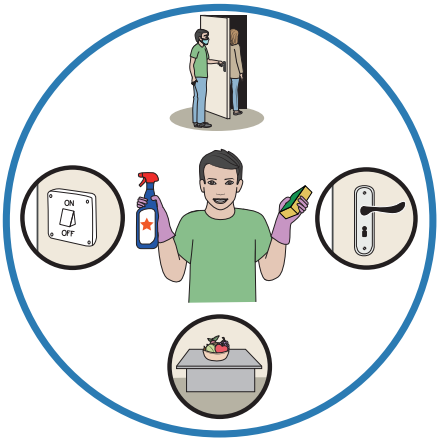
je demande à mon visiteur
de se laver les mains,

Je reste à plus d'1 mètre
de mon visiteur,

j'ouvre les fenêtres
pendant sa visite,



Je lave les objets et
les endroits qu'il a touchés.



Si mon visiteur n'a pas
de masque,
je lui dis d'en mettre un.

Si je suis fragile, j'évite d'aller là où il y a beaucoup de monde.

Par exemple :

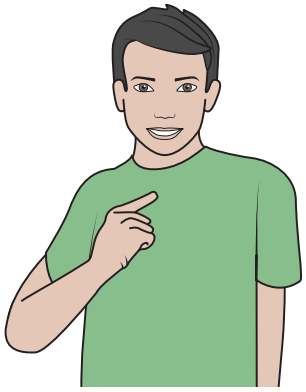
dans le métro ou le bus,

au marché,

dans certains magasins.

C'est moi qui choisis

Je reste confiné **ou** **je me déconfine.**



Pour m'aider à choisir, je peux en parler avec :

ma famille, mon médecin, mon accompagnant.

Des questions à se poser avant de choisir !

Je peux me faire aider par ma famille ou un accompagnant.

Pour savoir si j'ai bien compris les explications, je réponds à ces questions :

	Vrai	Faux
1- A partir du 11 mai, le Covid-19 est toujours là.		
2- Si j'ai des problèmes de santé, c'est mieux de rester chez moi.		
3- Si je suis fragile, je sors sans masque.		
4- Si je suis fragile, je peux recevoir des visites sans me protéger.		
5- Je peux choisir si je reste confiné ou pas.		

Réponses

1- Vrai 2- Vrai 3- Faux 4-Faux 5-Vrai

Pour m'aider à faire mon choix, je réponds à ces questions :

	Oui	Non
J'ai une maladie grave.		
Mes proches me conseillent de rester chez moi.		
J'ai plus de 65 ans.		
Porter un masque c'est trop difficile pour moi.		
Je me touche souvent le visage.		
Je touche très souvent les personnes que je rencontre.		
J'accepte de rester chez moi encore plusieurs semaines.		

Si j'ai plus de oui, c'est mieux de rester confiné.

Si j'ai plus de non, je peux me déconfiner.
Je sors en me protégeant.

Ce document a été réalisé par SantéBD

© CoActis Santé

avec le soutien de Santé Publique France

avec l'expertise du Conseil National Consultatif des Personnes Handicapées (CNCPH)

pour le Secrétariat d'Etat chargé des Personnes handicapées