

# Le coronavirus

Vous lirez ci-dessous :

- Quelles sont les règles à respecter
- Quels symptômes vous pouvez avoir
- Comment se déroulent les tests

## Rester confiné le soir et la nuit

Vous ne pouvez pas **être à l'extérieur** entre 21 h et 5 h le lendemain. Une amende de 95 € peut vous être infligée si vous vous trouvez à l'extérieur de chez vous.

Vous pouvez **toutefois être à l'extérieur** si cela s'avère nécessaire pour votre travail. Munissez-vous d'une attestation délivrée par votre employeur. Ce dernier vous la donnera.

Vous pouvez **aussi être à l'extérieur** :

- En cas d'urgence. Par exemple, si vous avez besoin d'une assistance médicale.
- Pour sortir votre chien.
- Pour prodiguer des soins.
- Pour une cérémonie funèbre.
- Pour un examen.

Munissez-vous dans ce cas d'une attestation expliquant la raison de votre présence à l'extérieur.

Cette attestation s'intitule « *'Eigen verklaring Avondklok* ». ».

Vous pouvez télécharger une attestation vierge sur le site [www.rijksoverheid.nl](http://www.rijksoverheid.nl) et ensuite la remplir.

## Conseils applicables à l'intérieur comme à l'extérieur

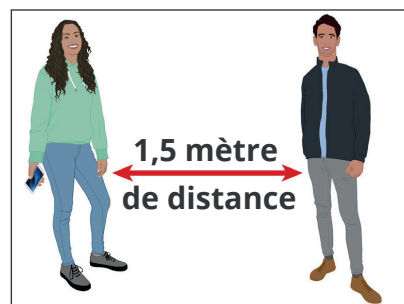
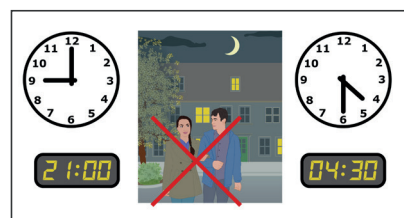
- Gardez une distance de **1,5 mètre** entre vous
- Les enfants jusqu'à 13 ans sont autorisés à se trouver les uns près des autres et des adultes.
- Restez chez vous le plus possible.
- Travaillez chez vous, à moins que cela ne soit vraiment pas possible.
- Chez vous, vous êtes autorisé à avoir la visite d'une personne au maximum par jour.
- Hors de chez vous, vous pouvez rencontrer une personne au maximum.
- Rendez visite à quelqu'un au maximum une fois par jour.

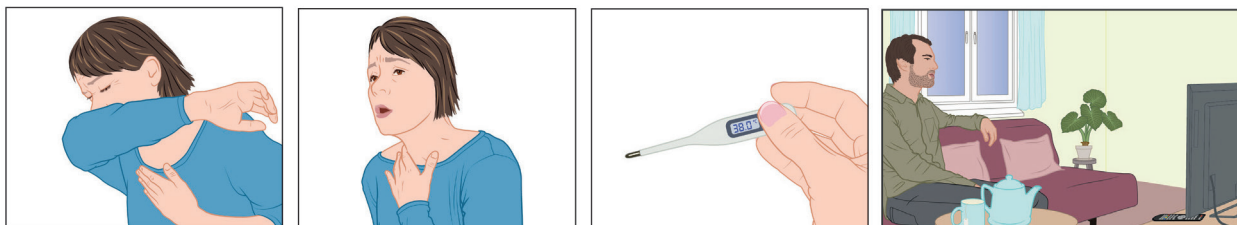
## Masque buccal : obligatoire pour tous à partir de 13 ans

- Portez un masque buccal dans les bâtiments, par exemple dans les magasins ou à la gare.
- Portez un masque buccal à l'école. Vous ne pouvez retirer votre masque que pendant les cours.
- Portez un masque buccal dans les transports publics.

## Déplacements :

- N'utilisez les transports en commun qu'en cas de nécessité absolue. Portez un masque buccal.
- N'allez à l'étranger qu'en cas de nécessité absolue.





## En cas de symptômes : Faites un test et restez chez vous

Faites un test de détection du coronavirus et restez chez vous si vous avez un ou plusieurs de ces symptômes :

- **plus de 37,5 °C**
- **difficultés à respirer**
- **soudainement, plus d'odeur ni de goût**
- **tousser**
- **éternuer**
- **le nez qui coule**
- **mal à la gorge**

En cas de **fièvre** ou de **difficultés à respirer**, les personnes vivant chez vous doivent **aussi** rester confinées. Si la fièvre dépasse les 38 degrés.

## Tests

Le test de détection du coronavirus est gratuit.

Vous pouvez prendre un rendez-vous de deux façons :

1. En ligne : Allez sur [www.coronatest.nl](http://www.coronatest.nl). Vous aurez besoin de votre DigiD.
2. Par téléphone : Appelez le **0800-1202**.

Restez chez vous jusqu'à ce que vous obteniez les résultats du GGD (service de santé communal). Vous n'êtes pas autorisé à faire des visites tant que vous n'avez pas obtenu les résultats. Le GGD vous dira quand vous pourrez ressortir.

## Médecin traitant

Si vous présentez des symptômes de coronavirus il est important ne **pas** vous rendre chez votre médecin traitant. Appelez-le d'abord.

Sur le site internet [www.Thuisarts.nl](http://www.Thuisarts.nl), vous trouverez de nombreuses informations sur le coronavirus.



## Si vous avez d'autres questions à propos du coronavirus,

Appelez le **0800-1351**