

## Être un Leader de Communauté contre le Coronavirus (maladie COVID-19)

Veillez trouver ci-dessous des idées pour vous aider, vous Leader de Communauté, à partager des informations basées sur des faits réels afin de protéger et assurez le bien-être de votre communauté. Vous êtes le pilier de votre communauté, dont les membres sont reconnaissants et comptent sur vous. S'il vous plaît, **suivez ces instructions et montrez l'exemple** en suivant ces précautions lorsque vous travaillez avec votre communauté.

- **Soyez attentif à l'apparition des symptômes suivants** : fièvre, toux, essoufflement, maux de tête, fatigue et courbatures. **Restez à la maison**, isolez-vous pendant 14 jours si les symptômes sont présents. Si possible et si vous êtes inquiet, contactez un professionnel de la santé.
- **Lavez vos mains** avec soin et souvent, avec du savon et pendant 40 à 60 secondes (voir schéma ci-dessous).
- Toussez et éternuez dans votre coude plié.
- Évitez de toucher votre visage.
- **Gardez une distance de 2 mètres** avec ceux qui n'habitent pas dans votre domicile. Vous pouvez toujours communiquer et partager des informations en maintenant cette distance. **Ne vous retrouvez pas en grand nombre**. Utilisez votre téléphone autant que possible (WhatsApp, SMS, autres réseaux sociaux). **Ne touchez pas** les membres de votre communauté lorsque vous leur donnez des informations.
- Si possible, **nettoyez** fréquemment les surfaces et objets souvent touchés avec du savon et de l'eau.
- Lorsque vous devez quitter votre domicile, **utilisez un tissu pour couvrir votre bouche** et continuez à maintenir cette distance de 2 mètres.

**Précautions dans la communauté** : Voici les recommandations pour préparer votre communauté à la maladie COVID-19. **Maintenant est le moment d'agir**. Dites à votre communauté de :

- **Restez dans votre domicile** : Votre maison doit être réservée uniquement à ceux qui y habitent. Il est important que vous et les gens qui vivent dans votre maison ne se rapprochent pas physiquement avec quiconque n'habite pas votre domicile. S'il y a une tâche urgente, assignez un adulte du domicile pour l'accomplir. Cette personne doit porter un **tissu couvrant la bouche et le nez**. **Restez à deux mètres les uns des autres** à tout moment, et **lavez tous vos mains** si possible. **S'il vous plaît, souvenez-vous que suivre ces instructions est extrêmement important pour protéger non seulement votre domicile mais également pour arrêter la propagation du Coronavirus aux plus vulnérables de votre communauté.**
- **Protégez les plus vulnérables** : Le Coronavirus peut être extrêmement dangereux pour les personnes âgées. Il est très important de prendre ces précautions autour des personnes âgées, des femmes enceintes et de ceux qui seraient déjà malades. Cela signifie ne pas partager de nourriture, plats, verres et ustensiles. Restez toujours à deux mètres de tout individu.
- **Identifiez les leaders** : Identifiez une personne dans chaque domicile qui peut prendre la responsabilité de surveiller les membres du domicile pour ces instructions importantes. Partagez ou postez la page "Faits et Précautions : Coronavirus (maladie COVID-19)" avec eux. Le leader de domicile est en charge de ces renseignements.
- **Restez positif** et aidez où vous pouvez ! Pratiquez des mesures conscientes. iACT vous remercie pour vos efforts et pour maintenir votre communauté saine. Vous êtes un leader important. Restez en bonne santé chers amis.

