



## Informations sur le coronavirus, ville de Jyväskylä

### Symptômes et transmission

La maladie provoquée par le coronavirus (COVID-19) peut se manifester par des symptômes comme : la fièvre, la toux, difficultés respiratoires, fatigue, nausées, et diarrhée. La plupart des malades souffriront que des symptômes d'une grippe habituelle. Les personnes qui présentent des symptômes du coronavirus seront testées pour la maladie.

La maladie peut notamment être dangereuse pour les personnes âgées (vieilles) et pour toute personne souffrant d'une autre maladie, comme par exemple une maladie du cœur ou des poumons. Il est important de ne pas infecter les autres personnes, qui pourront avoir de symptômes très graves. La meilleure façon de se protéger contre la transmission est de se laver les mains et de garder la distance physique aux autres gens.

### Protéger les autres contre la transmission – suivez les consignes pour une bonne hygiène des mains

Lavez les mains avec de l'eau et du savon pendant au moins 20 secondes. Séchez les mains avec du papier propre.

Ne touchez pas vos yeux, votre nez, ou votre bouche si vous ne venez pas juste de laver les mains. Vous pouvez aussi utiliser une solution hydro-alcoolique.

Si vous éternuez ou toussiez, utiliser un mouchoir devant votre visage et puis jetez le mouchoir à la poubelle. Si vous n'avez pas de mouchoir toussiez dans le haut de votre manche, pas dans vos mains.

### Si vous soupçonnez une infection, suivez les prochaines étapes :

Répondez au questionnaire du service [Omaolo-palvelu](#) (disponible en finnois, suédois, ou en anglais) ou appelez la permanence téléphonique des services sanitaires, tel. 014 266 0133 du lundi au vendredi de 8h à 16h et le weekend de 9h à 15h. En dehors de ces horaires, appelez le 116 117. Reposez-vous. N'infectez pas les autres.

Si vous avez la grippe habituelle, p.ex. de la toux et de la fièvre, restez à la maison et reposez-vous. Vous pouvez soulager les symptômes en prenant des médicaments anti-douleur. Buvez beaucoup afin de compenser les pertes de liquides dans votre corps associées à l'évaporation favorisée par la fièvre.

### Si vous avez de symptômes graves – téléphonez pour avoir plus d'instructions

Si vous vous sentez très mal ou si vous avez des difficultés à respirer appelez immédiatement la permanence téléphonique au 014 266 0133. Vous pouvez appeler ce numéro du lundi au vendredi de 8h à 16h et pendant le weekend de 9h à 15h.

En dehors de ces horaires appelez la permanence téléphonique des services sanitaire de Keski-Suomi au 116 117.



Au téléphone vous allez recevoir des d'instructions sur quoi faire, où vous devez aller, et quand. Il est important de suivre les instructions pour ne pas exposer le personnel soignant et les autres patients au virus. Si vous êtes malade, vous ne devriez dans aucun cas vous rendre au centre de santé sans le prévenir à l'avance.

En cas d'urgence appelez le 112.

### **Je suis malade à la maison et je ne peux aller au supermarché ou à la pharmacie – qu'est-ce que je fais ?**

Si vous êtes malade et vous ne pouvez pas aller à la pharmacie ou faire les courses, demandez de l'aide de vos membres de famille ou vos voisins. Certains supermarchés et pharmacies proposent des services de livraison à domicile. Si vous ne recevez pas d'aide, demandez de l'assistance des services de la ville de Jyväskylä.

Habitants de Jyväskylä : Jours ouvrable entre 8h et 16h, tel. 014 266 0550.

Habitants de Hankasalmi : Jours ouvrable entre 8h et 16h, tel. 014 267 1490.

En dehors de ces horaires les habitants de Jyväskylä et d' Hankasalmi peuvent aussi appeler la permanence téléphonique des services sociaux pour recevoir de l'aide : 014 266 0149.

### **Comment le coronavirus influence-t-il la vie des habitants de Jyväskylä ?**

- Si vous êtes malade, n'allez pas au travail, au supermarché, ou dans des lieux où il y a d'autres gens.
- Si votre enfant est malade, ne l'emporter pas à la crèche ou chez les grands-parents.
- Vous pouvez visitez les établissements pour les personnes âgées ou handicapées (p.ex. les maisons de retraite) en suivant les instructions de sécurité spécifiques.
- Si vous avez la grippe, n'allez pas chez le dentiste. En cas d'urgence (si vous avez de la fièvre et p.ex. douleur de dents sévère) vous recevrez les instructions par téléphone pour savoir où aller.
- Voyagez seulement dans des pays classés comme sûr.

### **Que peut-on faire en quarantaine ou en isolation ?**

Demandez au personnel soignant de vous donner des instructions sur la quarantaine (dans votre propre langue). Il est important de suivre ces instructions. Plus d'informations sur la quarantaine: <https://www.jyvaskyla.fi/terveys/korona/karanteeni>

Ces informations se basent sur les instructions et recommandations donné au 23.6.2020.

### **Pour plus d'informations :**

Le site web de la ville de Jyväskylä sur le coronavirus:

<https://www.jyvaskyla.fi/terveys/korona>

Information on the Coronavirus in Jyväskylä in English <https://www.jyvaskyla.fi/en/health-care-and-social-services/healthcare-services/information-coronavirus-jyvaskyla>

Informations récentes sur le site web Finnish Institute of Health and Welfare (Institut national de la santé et du bien-être THL) en anglais <https://thl.fi/en/web/infectious-diseases-and-vaccinations/what-s-new/coronavirus-covid-19-latest-updates>

Informations sur les décisions du gouvernement finlandais liés au coronavirus en anglais  
<https://valtioneuvosto.fi/en/information-on-coronavirus>