

## Informations pour les groupes à risque pour les infections COVID-19

Une infection par le nouveau coronavirus n'est pas dangereuse de la même manière pour tout le monde. Dans la plupart des cas, elle est bénigne et ne représente pas un danger mortel pour les personnes. Les femmes enceintes et les enfants ne semblent pas non plus présenter un risque accru d'évolution grave.

### Qui fait partie du groupe à risque ?

Le risque de tomber gravement malade ou même de mourir de l'infection est plus élevé pour les groupes de personnes suivants :

- Les personnes âgées : cela commence vers 60 ans et augmente avec l'âge
- Les personnes souffrant de maladies sous-jacentes, comme par ex.
  - l'hypertension artérielle,
  - le diabète,
  - les maladies pulmonaires, comme par ex. COPD,
  - le cancer,
  - les personnes souffrant d'un déficit immunitaire
  - d'autres déficits immunitaires d'ordre médical
- Les personnes souffrant d'une maladie sous-jacente sont particulièrement exposées

### Que puis-je faire si j'appartiens à un groupe à risque ?

- NE PAS s'occuper des petits-enfants
- Réduire les contacts privés, dans la mesure du possible, contacter les personnes par téléphone etc.
- Éviter absolument de prendre les transports en commun (surtout aux heures de pointe)

- Éviter les grands rassemblements de personnes
- Évitez les rituels de salutation proches, comme les baisers, les embrassades
- Se tenir à distance des autres personnes
- Faire faire les courses par d'autres personnes (famille, aide de voisinage) si nécessaire
- Soyez particulièrement prudent avec les membres du foyer et de la famille qui ont de nombreux contacts extérieurs

## **Que puis-je faire, en tant que personne en bonne santé, pour soutenir les groupes à risque ?**

Il est absolument essentiel de respecter les règles d'hygiène même si vous n'appartenez pas à un groupe à risque. Même si la maladie n'est pas dangereuse pour vous, c'est le seul moyen de protéger les groupes à risque et de ralentir la propagation de la maladie.

- Éviter les rituels de salutation rapprochée
- Éviter les rassemblements de personnes
- N'effectuer des visites dans les groupes à risque, par exemple les maisons de retraite, que si cela est vraiment indispensable
- Offrir son aide, par exemple pour faire les courses, aux groupes à risque dans le voisinage ou la famille
- Ne pas faire de visites dans les hôpitaux