

Wat je merkt als je corona hebt

Je voelt je verkouden.

Of je voelt je ziek.



Je moet hoesten.

Je moet niezen.



Je bent kortademig.

Kortademig betekent dat je moeite hebt met adem halen.



Je hebt koorts.

De koorts is hoger dan 38 graden.

Regels voor alle mensen:

- Mensen moeten **zoveel mogelijk** thuis blijven.
- Mensen mogen wel boodschappen doen.
- Mensen die thuis kunnen werken, moeten thuis werken.
- Mensen moeten **zeker** thuis blijven:
 - bij hoesten en niezen
 - bij koorts
 - bij kortademigheid
- Bezoek aan vrienden of familie is niet toegestaan.
- Kleine kindjes mogen niet door oma en opa opgevangen worden.
- Alle activiteiten waar veel mensen bij elkaar zijn, gaan niet door.
- Alle scholen zijn dicht.
- Alle cafés en restaurants zijn dicht.
- Alle sportclubs zijn dicht.

Regels voor mensen met corona:

- Mensen met corona moeten 2 weken thuis blijven.
- Mensen met corona mogen niet naar buiten en ze mogen geen bezoek krijgen.
- Mensen met corona moeten op hun kamer blijven als ze samenwonen met andere mensen.

Na 2 weken besmet je geen andere mensen meer.

Hoe je corona krijgt

Je kunt alleen corona krijgen van iemand met corona.

Of je raakt spullen aan waar corona op zit.

Iemand met corona

Je kunt corona krijgen als:



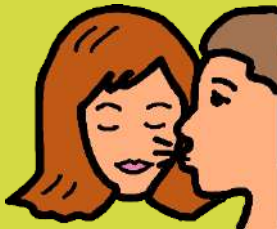
- iemand met corona **HOEST** vlakbij je gezicht.
- iemand met corona **HOEST** vlakbij je handen.



- iemand met corona **NIEST** vlakbij je gezicht.
- iemand met corona **NIEST** vlakbij je handen.



- Je geeft iemand met corona een **HAND**.



- Je **ZOENT** iemand met corona.



Spullen met corona

Mensen **RAKEN** spullen **AAN**.

Ook mensen met corona.

Bijvoorbeeld een klink van een deur.

Of een knop van de lift.

Je raakt spullen met corona aan.

Je zit met je handen aan je gezicht.

Je kunt dan corona krijgen.

8



Geen corona

Je krijgt **GEEN** corona van iemand die alleen verkouden is.

Meer informatie

Hoe je corona krijgt

Corona is besmettelijk.

Dat betekent dat mensen met corona andere mensen ziek kunnen maken.

De meeste mensen met corona maken 2 of 3 andere mensen ziek.

Je kunt alleen corona krijgen van iemand anders met corona.

Je kunt het ook krijgen van spullen aanraken waar corona op zit.

Waarschijnlijk kun je het niet krijgen van huisdieren.

9

Zo kun je corona krijgen:

- Iemand met corona **HOEST** of **NIEST** vlakbij je gezicht.
- Iemand met corona **NIEST** of **HOEST** vlakbij je handen.
- Je geeft iemand met corona een hand.
- Je **RAAKT** spullen **AAN** waar corona op zit.
- Je **ZOENT** iemand met corona.

Corona op je handen

Iedereen **RAAKT** spullen **AAN**. Ook mensen met corona.

Bijvoorbeeld een klink van een deur of een knop van de lift.

Als je deze spullen aanraakt, kan corona op je handen komen.

Corona komt ook op je handen als je iemand met corona een hand geeft.

Als je met corona op je handen aan je gezicht komt, kun je corona krijgen.

Corona zit in speeksel en snot

Bij mensen met corona zit corona in hun speeksel en snot.

Als mensen met corona hoesten of niezen, komen speeksel en snot uit hun mond en neus.

Geen corona

Je krijgt **geen** corona van iemand die alleen verkouden is.

Het is moeilijk om zeker te weten of iemand corona heeft.

Blijf zeker 2 meter van mensen vandaan als ze verkouden zijn.

Je krijgt **geen** corona van de lucht uit een airco.

Een airco blaast lucht in een kamer of een auto.

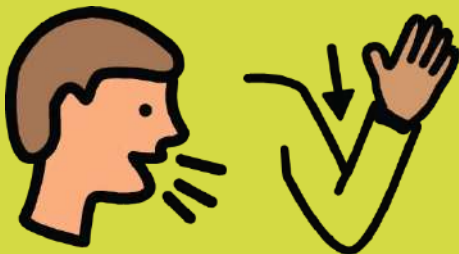
Wat je kunt doen om geen corona te krijgen

Onze overheid heeft regels voor corona:

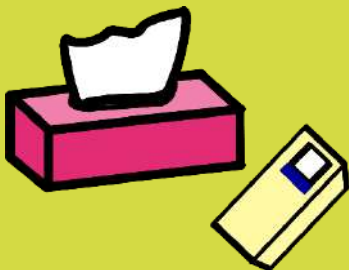


Je wast je handen vaak.

11



Je hoest en niest in de binnenkant van je elleboog.



Je gebruikt zakdoeken van papier.
Je gooit zakdoeken meteen weg na gebruik.



Je ontmoet zo weinig mogelijk mensen.
Enkel je eigen gezin.
Je mag in jouw buurt wandelen of fietsen met jouw gezin, dit zijn enkel de mensen waar je mee samen woont.

Tips: Wanneer je handen moet wassen



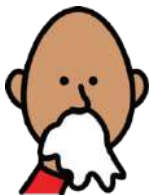
Je wast je handen als je naar de wc bent geweest.



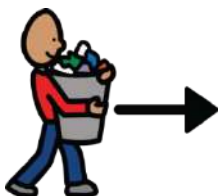
Je wast je handen voor het eten.
En na het eten.



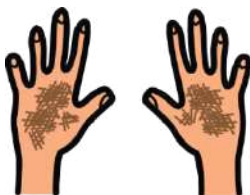
Je wast je handen na het niezen.
En na het hoesten.



Je wast je handen na het snuiten van je neus.



Je wast je handen na het weggooien van afval.



Je wast je handen als ze vies zijn.



Je wast steeds je handen als je buiten bent geweest.

Tips: Hoe je handen moet wassen



Je maakt je handen nat met water.



Je doet zeep op je handen.



Je wast je handen met zeep.

Je wast 30 tellen.



Je spoelt je handen af met water.



Je droogt je handen met een handdoek van papier.



Je draait de kraan dicht met een doekje van papier.

Je raakt de kraan niet aan met je handen.



Je gooit het papier weg.

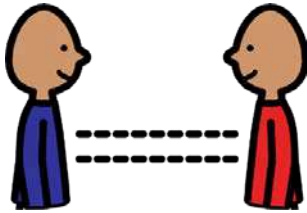
In een vuilbak met een deksel.

Tips: Contact met andere mensen



Je geeft andere mensen geen hand.

Je raakt andere mensen niet aan.

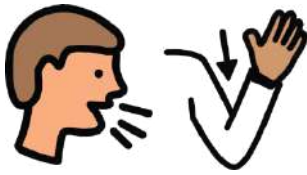


Je komt niet dichtbij andere mensen.

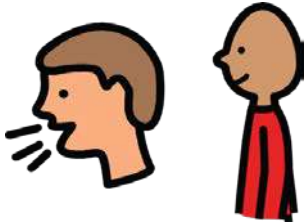
Je neemt 3 stappen afstand.

Op bus of trein hou je afstand van andere passagiers.

Tips: Hoesten en niezen



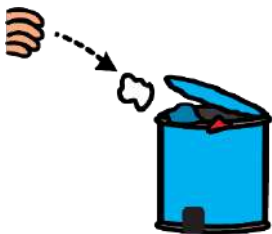
Je hoest en niest in de binnenkant van je elleboog.
Niet in je hand.



Je draait je hoofd de andere kant op als je hoest of niest.
Je hoest en niest niet richting andere mensen.



Je gebruikt zakdoeken van papier.
Niet van stof.



Je gooit zakdoeken meteen weg na gebruik.
In een vuilbak met een deksel.

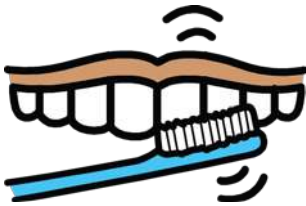
Andere tips



Je raakt je gezicht zo weinig mogelijk aan.



Je doucht regelmatig.



Je poetst je tanden in de ochtend.
En in de avond.



Je draagt regelmatig schone kleren.

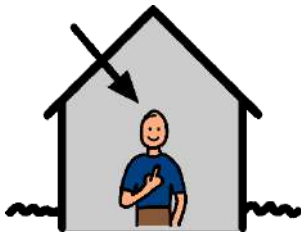


Je houdt woning schoon.
En je werkplek.

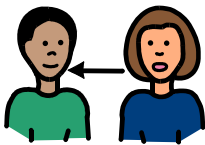


Je gebruikt je eigen
spullen.
Bijvoorbeeld je eigen
tandpasta.

Je voelt je ziek



Je blijft thuis.



Je vertelt het aan je familie,
vertrouwenspersoon of begeleider.



Jijzelf, familie, vertrouwenspersoon of
begeleider belt de huisarts als dat nodig
is.

Vragen

Praat met iemand over corona.

Bijvoorbeeld je familie, vertrouwenspersoon begeleider of leraar.

Of ga naar de website www.info-coronavirus.be .

Reis je met openbaar vervoer, kijk dan:

Voor de trein: <https://www.belgiantrain.be/nl/news/coronavirus>

Voor de bus:

https://www.delijn.be/nl/overdelijn/nieuws/bericht/24384_extra_maatregelen_covid19