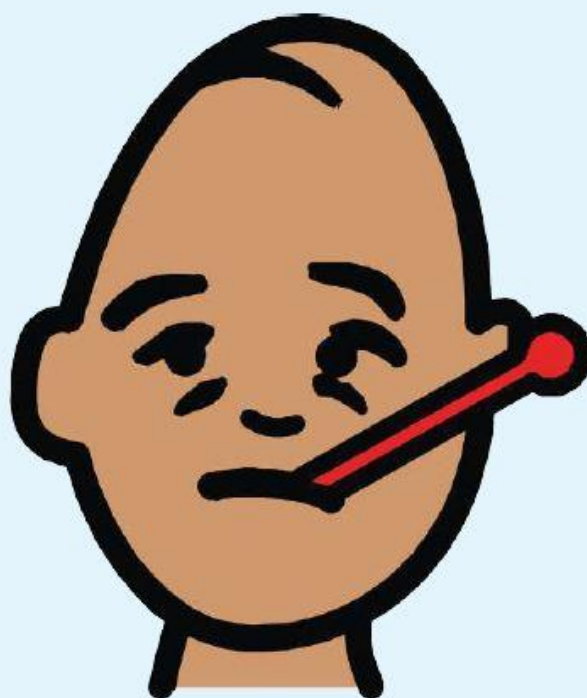


Informatie over Coronavirus



GEMIVA-SVG GROEP

Versie: 17 maart 2020

Samen maken we het verschil

Lees in deze brochure:

• Wat is het coronavirus?	Pagina	3
• Wat merk je als corona hebt?		4
• Hoe krijg je corona?		5 - 7
• Wat kun je doen om geen corona te krijgen?		8 - 9
• Wanneer was je je handen?		10 - 11
• Hoe was je je handen?		12 - 13
• Contact met andere mensen		14
• Andere tips		15 - 16
• Wat als je ziek bent?		17
• Regels		18 - 19
• Heb je vragen of wil je meer informatie?		20

Wat is het coronavirus?

Corona is een virus waar je ziek van kunt worden.

Corona is een soort griep.

Als je ziek wordt, kun je andere mensen aansteken.

Daarom is het belangrijk voorzichtig te zijn.

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

De meeste mensen met corona worden weer beter.

Coronavirus noemen we in de rest van de tekst corona.

Wat merk je als je corona hebt?



Je moet hoesten.



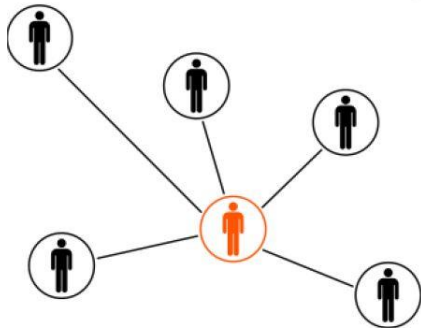
Je bent kort-ademig. Dit betekent dat je moeite hebt met adem halen.



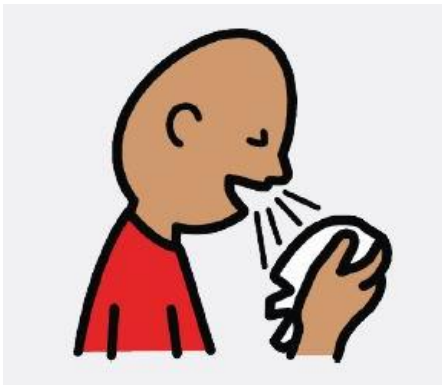
Je hebt koorts.

De koorts is hoger dan 38 graden.

Hoe krijg je corona?

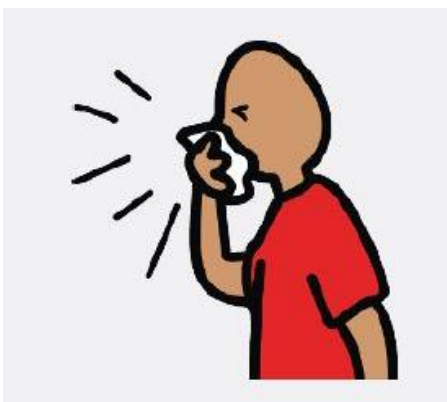


Corona is besmettelijk. Dit betekent dat andere mensen ziek kunnen worden van iemand die corona heeft. Corona verspreidt zich door druppels uit je mond en neus. Denk bijvoorbeeld aan speeksel en snot. Oudere mensen en zieke mensen worden sneller besmet.



Je kunt corona krijgen als iemand met corona:

- **HOEST** vlakbij je gezicht
- **HOEST** vlakbij je handen

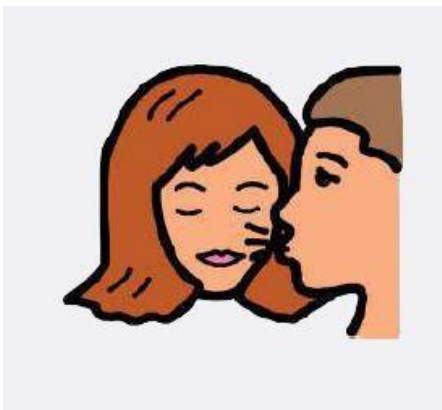


Je kunt corona krijgen als iemand met corona:

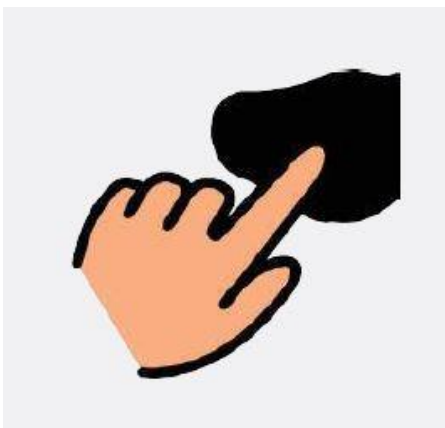
- **NIEST** vlakbij je gezicht
- **NIEST** vlakbij je handen



Je kunt corona krijgen als je iemand met corona een **HAND** geeft.



Je kunt corona krijgen als je iemand met corona een **ZOEN** geeft.



Mensen zullen niet snel ziek worden van het aanraken van spullen.



Geen corona

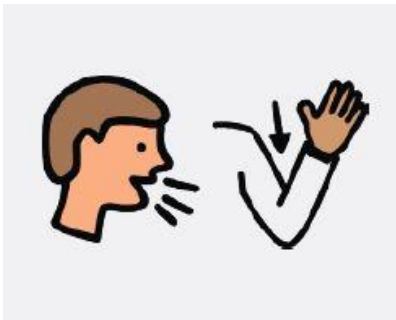
Je krijgt **geen** corona van iemand die alleen verkouden is. Het is moeilijk zeker te weten of iemand corona heeft.

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

Wat kun je doen om geen corona te krijgen?



Je wast je handen vaak.

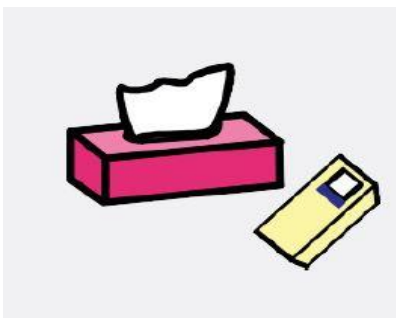


Je hoest en niest in de binnenkant van je elleboog.



Je draait je hoofd de andere kant op als je hoest of niest.

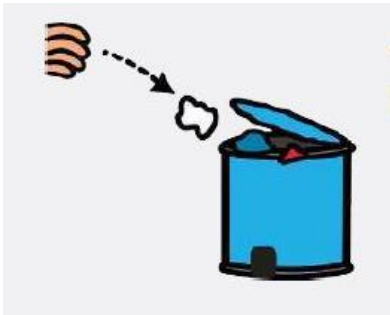
Je hoest en niest niet richting andere mensen.



Je gebruikt zakdoeken van papier.

Niet van stof.

Je gooit zakdoeken meteen weg na gebruik.

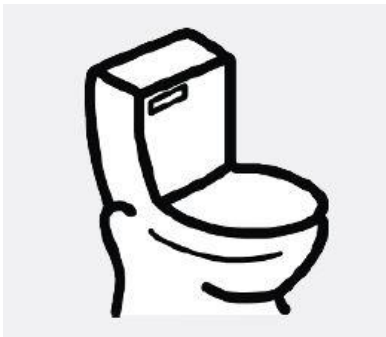


Je gooit zakdoeken meteen weg na gebruik.
In een prullenbak met een deksel.



Je geeft andere mensen **geen** hand.

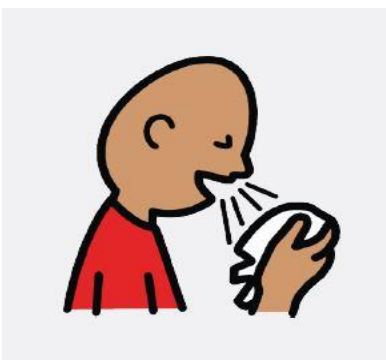
Wanneer was je je handen?



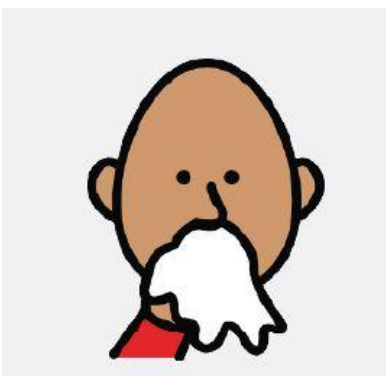
Je wast je handen als je naar de wc bent geweest.



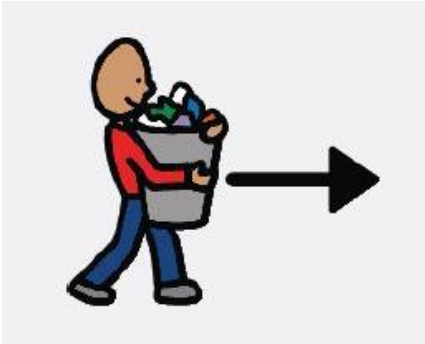
Je wast je handen voor het eten.
En na het eten.



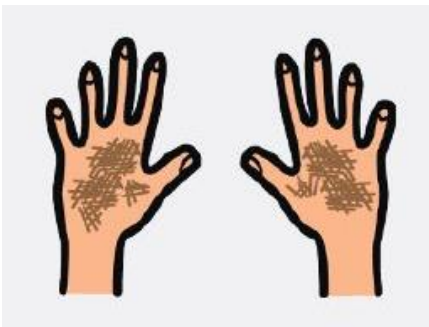
Je wast je handen na het niezen.
En na het hoesten.



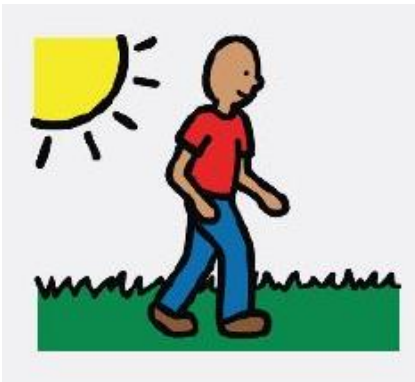
Je wast je handen na het snuiten
van je neus.



Je wast je handen na het weggooien van afval.



Je wast je handen als ze vies zijn.



Je wast je handen als je buiten bent geweest.



Je wast je handen vaker dan je normaal doet.

Hoe was je je handen?



Je maakt je handen nat met water.



Je doet zeep op je handen.



Wrijf je handen over elkaar heen.

Wrijf tussen je vingers, duimen en over je vingertoppen. Wrijf je polsen in.

Je wast 30 tellen.



Je spoelt je handen af met water.

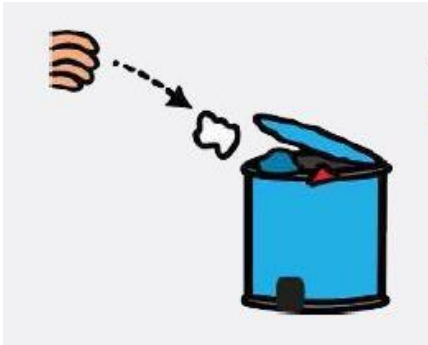


Je draait de kraan dicht met een
handdoek van papier.

Je raakt de kraan niet aan met je handen.



Je droogt je handen met een handdoek
van papier.



Je gooit het papier weg.

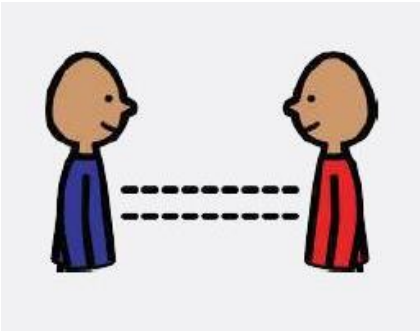
In een prullenbak met een deksel.

Contact met andere mensen



Je geeft andere mensen geen hand.

Je raakt andere mensen niet aan.



Je komt niet dichtbij andere mensen.

Je neemt 2 stappen afstand.

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 je kamer of woning schoon.
En je werkplek.

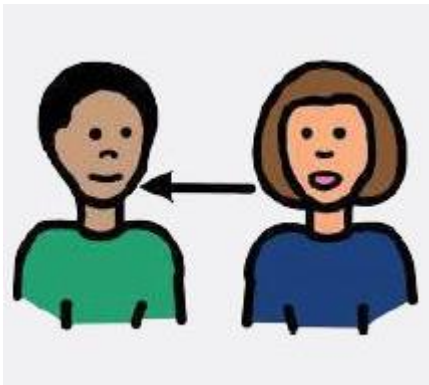


Je gebruikt je eigen
spullen. Bijvoorbeeld
je eigen tandpasta.

Wat als je ziek bent?



Je blijft thuis als je ziek bent.



Je vertelt je ouder, familielid of begeleider dat je ziek bent.



Je ouder, familielid of begeleider belt de huisarts als dat nodig is.

De huisarts geeft advies over wat je moet doen.

Regels

Regels voor alle mensen:

- Mensen moeten thuis blijven als ze verkouden of griepig zijn.
- Mensen mogen niet op bezoek bij oudere mensen en zieke mensen.
- Mensen mogen niet in (grote) groepen samen komen.
- Scholen zijn dicht.
- Restaurants, cafés en bioscopen zijn dicht.
- Sportscholen en sauna's zijn dicht.

Regels voor mensen met corona:

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

Regels bij de Gemiva-SVG Groep:

Vanaf **17 maart 2020** gelden voorlopig onderstaande regels:

- Gemiva sluit kinderdagcentra, naschoolse opvang, buitenschoolse opvang
- Gemiva sluit dagbestedingslocaties

Let op:

Werkt jouw vader, moeder of partner in een beroep dat in deze tijd erg belangrijk is? Denk bijvoorbeeld aan werk in een ziekenhuis, supermarkt of apotheek? Voor deze cliënten blijven kinderdagcentra en dagbestedingslocaties open. Je bent alleen welkom als je geen klachten hebt.

Kijk op de website welke beroepen dit zijn:

www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/coronaviruscovid-19/cruciale-beroepsgroepen

Ook als een onverantwoorde zorgsituatie ontstaat, blijven kinderdagcentra en dagbestedingslocaties open.

- Gemiva sluit logeerhuizen en deeltijd wonen.
- Voor ambulante cliënten is er als het mogelijk is contact via telefoon, beeldbellen en/of skype.
- Gemiva biedt geen regulier vervoer.

Woon jij op een locatie van Gemiva?

Dan gelden de volgende maatregelen:

- Er mag 1 vast persoon per cliënt op bezoek komen.
- Bezoek wat kan wachten stellen we uit.
- Dagbesteding organiseren we in de woning.
- We letten extra op de genoemde regels voor hygiëne.

Heb je vragen of wil je meer informatie?

We snappen als je geschrokken en onrustig bent. Het zijn heftige maatregelen. Deze maatregelen moeten we nemen vanuit de overheid.

Om er zoveel mogelijk voor te zorgen dat je niet ziek wordt.

Heb je vragen over corona? Stel je ze aan je begeleider.

Je kunt ook kijken op www.gemiva.nl/corona

Hier vind je de laatste maatregelen en meest gestelde vragen.

Nieuws

Nieuws kun je volgen op de radio en televisie.

Ook kun je kijken op de site van het RIVM voor de huidige situatie:

www.rivm.nl/nieuws/actuele-informatie-over-coronavirus

Gemiva-SVG Groep

Servicecentrum

Bleulandweg 1b

2803 HG Gouda

0182-57 58 00

www.gemiva-svg.nl

Samen maken we het verschil

In deze publicatie is gebruik gemaakt van de bronnen: [Koraal](#) en Taal voor allemaal.