

gent:



Stop samen met ons het coronavirus



**Ensemble, mettons fin
à la propagation
du Covid-19**



NEDERLANDS FRANS

Bescherm jezelf en anderen

De gouden regels



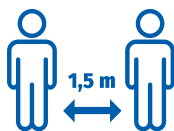
Was vaak je handen



Wees voorzichtig met ouderen en zieken



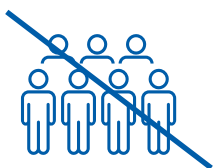
Spreek buiten af



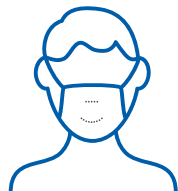
Hou afstand (1,5 meter)



Beperk je contacten



Kom niet in groep samen



Draag een mondmasker

Protégez-vous et les autres

Les règles d'or



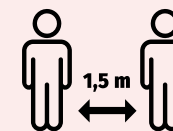
Lavez-vous les mains fréquemment



Soyez particulièrement prudent avec les personnes âgées et malades



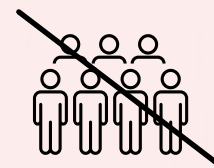
Donnez-vous rendez-vous à l'extérieur



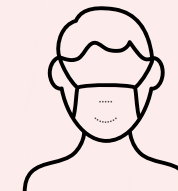
Gardez vos distances (1m50)



Limitez vos contacts



Ne vous rassemblez pas



Portez un masque

Waar en hoe gebruik je een mondmasker?

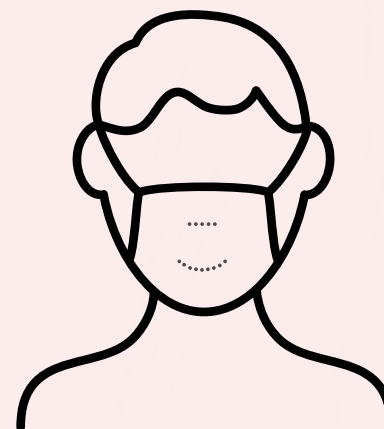
- >>Neem altijd een mondmasker mee.
- >>Draag het mondmasker waar dit verplicht is. En op drukke plaatsen waar je geen afstand kunt houden van andere mensen.
- >>Het mondmasker moet je neus én mond bedekken.
- >>Lees de geldende maatregelen op www.info-coronavirus.be.



In Gent moet je een mondmasker dragen in het hele winkelwandelgebied, net als in enkele drukke straten erbuiten. De verplichting geldt ook voor fietsers, skaters en steppers. Dit gebied kan veranderen door de coronatoestand. Je vindt een kaartje op www.stad.gent/corona.

Où et comment utiliser un masque ?

- >>Assurez-vous de toujours avoir un masque avec vous.
- >>Portez le masque partout où c'est obligatoire, ainsi que dans les lieux à forte fréquentation où il n'est pas possible de garder de distance avec les autres personnes.
- >>Le masque doit couvrir votre nez et bouche.
- >>Vous pouvez consulter les mesures en vigueur sur www.info-coronavirus.be.



A la Ville de Gand, le port du masque est obligatoire dans l'ensemble de la zone piétonne commerçante, tout comme dans quelques rues à forte affluence situées en dehors de cette zone. L'obligation s'applique également aux cyclistes, patineurs et usagers de trottinettes. La zone est susceptible de modification en fonction de la situation sanitaire. Vous trouverez la carte sur www.stad.gent/corona.

Je voelt je ziek



1 Bel een huisarts of het nummer **1733** (van 19 tot 8 uur en in het weekend). Zeg of je in het buitenland geweest bent.

2 De arts beslist of een test nodig is en maakt een afspraak.



3 Heb je een afspraak voor een test? Blijf dan thuis in quarantaine.

4 Laat de test(s) afnemen:

- Test je positief (je bent besmet)? Blijf in quarantaine en volg de instructies van je arts.
- Test je negatief (je bent niet besmet) en ben je niet in het buitenland geweest? Je hoeft niet meer in quarantaine te blijven.
- Test je negatief en ben je in het buitenland in een rode zone geweest? Blijf in quarantaine tot 14 dagen na je terugkeer uit het buitenland. Alleen na een tweede negatieve test kun je misschien vroeger uit quarantaine. Bespreek dit met je huisarts.



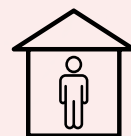
5 Noteer alvast de gegevens van de personen met wie je de laatste 2 weken langer dan 15 minuten op minder dan 1,5 meter in contact kwam: naam, telefoonnummer, adres, geboortedatum en e-mailadres.

Vous vous sentez malade



1 Téléphonnez à un médecin généraliste ou appelez le numéro **1733** (entre 19h et 8h et pendant le week-end). Précisez si vous avez été à l'étranger.

2 Le médecin décidera si un test est nécessaire et prendra rendez-vous.



3 Avez-vous un rendez-vous pour un test ? Restez à domicile et isolez-vous.

4 Faites prélever le(s) test(s) :

- Le résultat du test est positif (vous êtes contaminé) ? Restez en quarantaine et suivez les instructions de votre médecin.
- Le résultat du test est négatif (vous n'êtes pas contaminé) et vous n'avez pas été à l'étranger ? Vous ne devez plus vous isoler.
- Le résultat du test est négatif et vous avez été à l'étranger dans une zone rouge ? Restez en quarantaine pendant 14 jours dès votre retour en Belgique. Ce n'est qu'après un deuxième test négatif que la quarantaine pourra éventuellement être levée. Parlez-en à votre médecin généraliste.



5 Notez déjà les coordonnées des personnes avec qui vous êtes entré en contact pendant les 2 dernières semaines d'au moins 15 minutes à une distance de moins de 1m5 : nom, numéro de téléphone, adresse, date de naissance et adresse e-mail.

Je komt uit het buitenland en voelt je niet ziek

Langer dan 48 uur in het buitenland geweest?

Je bent verplicht het formulier **Passenger Locator Form** in te vullen. Doe dit 48 uur voor je terugkomt uit het buitenland. Je vindt het formulier op travel.info-coronavirus.be. Neem het formulier en de code die je gekregen hebt altijd mee op je afspraken.

Check op de dag van je terugkeer de **kleurcode** van het gebied dat je bezocht hebt op diplomatie.belgium.be:

- >> Kom je uit een gebied met code rood, dan ben je verplicht om de stappen hieronder te volgen.
- >> Kom je uit een gebied met code oranje, dan raden we je aan om de stappen hieronder te volgen.



- 1 Maak een afspraak met het testcentrum op gent.testcovid.be of **09 210 10 40**. Gebruik de code die je gekregen hebt bij het invullen van het formulier 'Passenger Locator Form'. Of bel 09 210 10 40 voor ondersteuning bij het registreren. Voor alle andere vragen, bel **0800 14 689**.



- 2 Blijf 14 dagen thuis in quarantaine.

- 3 Laat de test(s) afnemen in het testcentrum van AZ Jan Palfijn. Neem je 'Passenger Locator Form' mee:
 - a. Test je positief (je bent besmet)? Blijf in quarantaine en volg de instructies van je arts.
 - b. Test je negatief (je bent niet besmet)? Blijf in quarantaine tot 14 dagen na je terugkeer uit het buitenland. Alleen na een tweede negatieve test kun je misschien vroeger uit quarantaine. Bespreek dit met je huisarts.



Vous revenez de l'étranger et vous ne vous sentez pas malade

Avez-vous séjourné à l'étranger pendant plus de 48 heures ?

Il est obligatoire de remplir le formulaire **Passenger Locator Form** dans les 48 heures avant votre arrivée en Belgique. Vous trouverez ce formulaire sur travel.info-coronavirus.be. Lors de tous vos rendez-vous, munissez-vous de ce formulaire et du code que vous avez reçu.

Le jour de votre retour, vérifiez le **code couleur** de votre destination sur diplomatie.belgium.be :

- >> Si vous revenez d'une zone rouge, vous êtes obligé de suivre les démarches décrites ci-dessous.
- >> Si vous revenez d'une zone orange, nous vous conseillons de suivre les démarches décrites ci-dessous.



- 1 Prenez rendez-vous dans le centre de test sur gent.testcovid.be ou appelez le **09 210 10 40**. Utilisez le code que vous avez reçu quand vous avez rempli le formulaire Passenger Locator Form. Ou appelez le 09 210 10 40 pour avoir de l'aide lors de l'enregistrement. Pour toutes autres questions, appelez le **0800 14 689**.



- 2 Isolez-vous pendant 14 jours à domicile

- 3 Faites prélever le(s) test(s) au centre de test AZ Jan Palfijn. Munissez-vous de votre formulaire Passenger Locator Form :
 - a. Le résultat du test est positif (vous êtes contaminé) ? Restez en quarantaine et suivez les instructions de votre médecin.
 - b. Le résultat du test est négatif (vous n'êtes pas contaminé) ? Restez en quarantaine pendant 14 jours dès votre retour en Belgique. Ce n'est qu'après un deuxième test négatif que la quarantaine pourra éventuellement être levée. Parlez-en à votre médecin généraliste.



Een contactonderzoeker contacteert je, je voelt je niet ziek

Wat is contactonderzoek?

Als je corona hebt of onlangs in contact geweest bent met iemand die corona heeft, contacteert een contactonderzoeker je. Je krijgt dan:

- >> een telefoontje van het nummer 02 214 19 19
- >> een sms van het nummer 8811
- >> of een bezoekje

Tip: sla deze nummers op in je gsm zodat je ze meteen herkent. De contactonderzoeker vraagt met wie je onlangs contact hebt gehad. De contactonderzoeker contacteert deze mensen. Als er risico is dat zij corona hebben, vraagt de contactonderzoeker hen een test te doen. Zo ontdekken we sneller wie corona heeft en besmetten we minder mensen.

Werk mee aan het contactonderzoek en help ons levens te redden.



- 1 Maak een afspraak met het testcentrum op gent.testcovid.be of **09 210 10 40**. Gebruik de code die je gekregen hebt bij het invullen van het formulier 'Passenger Locator Form'. Of bel 09 210 10 40 voor ondersteuning bij het registreren. Voor alle andere vragen, bel **0800 14 689**.



- 2 Blijf 14 dagen thuis in quarantaine.

- 3 Laat de test(s) afnemen in het testcentrum van AZ Jan Palfijn:
 - a. Test je positief (je bent besmet)? Blijf in quarantaine en volg de instructies van je arts.
 - b. Test je negatief (je bent niet besmet)? Blijf in quarantaine tot 14 dagen na het laatste risicocontact. Alleen na een tweede negatieve test kun je misschien vroeger uit quarantaine. Bespreek dit met je huisarts.



Un traceur de contact prend contact avec vous, vous ne vous sentez pas malade

Qu'est-ce que le traçage des contacts ?

Si vous êtes porteur du Covid-19 ou que vous êtes entré en contact avec une personne porteuse du Covid-19, un traceur de contact prendra contact avec vous. Dans ces cas, vous recevrez :

- >> un appel via le numéro 02 214 19 19
- >> un SMS via le numéro 8811
- >> une visite à domicile

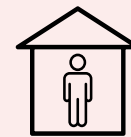
Conseil : enregistrez ces numéros dans votre GSM pour que vous les reconnaissiez tout de suite.

Le traceur de contact vous demandera avec qui vous êtes entré en contact récemment. Le traceur de contact prendra contact avec ces personnes. Pour les contacts à haut risque, le traceur de contact leur demandera de passer le test. Cela nous permet de trouver qui est atteint de Covid-19 et de contenir autant que possible la propagation du virus.

Collaborez au traçage des contacts et aidez-nous à sauver des vies.



- 1 Prenez rendez-vous dans le centre de test sur gent.testcovid.be ou appelez le **09 210 10 40**. Utilisez le code que vous avez reçu quand vous avez rempli le formulaire Passenger Locator Form. Ou appelez le 09 210 10 40 pour avoir de l'aide lors de l'enregistrement. Pour toutes autres questions, appelez le **0800 14 689**.



- 2 Isolez-vous pendant 14 jours à domicile

- 3 Faites prélever le(s) test(s) au centre de test AZ Jan Palfijn.
 - a. Le résultat du test est positif (vous êtes contaminé) ? Restez en quarantaine et suivez les instructions de votre médecin.
 - b. Le résultat du test est négatif (vous n'êtes pas contaminé) ? Restez en quarantaine pendant 14 jours après le dernier contact à risque. Ce n'est qu'après un deuxième test négatif que la quarantaine pourra éventuellement être levée. Parlez-en à votre médecin généraliste.



Wat is quarantaine?

Je moet in quarantaine als je ziek bent of zou kunnen zijn. Bijvoorbeeld als je naar een land geweest bent met veel besmettingen. Of als je in contact gekomen bent met iemand die besmet is.



Blijf 14 dagen thuis

- > Blijf thuis. Je mag in je eigen tuin of op je eigen terras zitten.
- > Laat geen andere mensen binnen in je huis dan zij die er wonen.
- > Vermijd zoveel mogelijk fysiek contact met je huisgenoten.
- > Ga alleen naar buiten als het echt moet: om eten te kopen, naar de dokter te gaan of medicijnen te halen. Draag dan altijd een mondkapje. Vraag iemand anders om je boodschappen te doen, als dat kan.
- > Verlucht je huis goed.



Volg je gezondheid goed op

- > Meet 2 keer per dag je temperatuur.
- > Bel je huisarts als je symptomen hebt (ademhalingsproblemen, hoesten, keelpijn, ...) en laat je opnieuw testen.



Zorg voor een goede hygiëne

- > Gebruik nooit dezelfde spullen als je huisgenoten.
- > Gebruik een ander toilet en badkamer dan je huisgenoten, als dat kan.
- > Poets dingen die je veel aanraakt elke dag (deurklinken, tafel, ...).



Ga niet naar het werk of naar school

- > Telewerk als dat kan.
- > Vraag aan je huisarts een quarantaine-attest voor je werkgever. Je krijgt dat ook als een contactonderzoeker je belt. Met dat attest krijg je een vergoeding.

Qu'est-ce que la quarantaine ?

Vous êtes mis en quarantaine lorsque vous êtes malade ou que vous pourriez l'être, par exemple quand vous avez voyagé dans un pays à haut risque de contamination. Ou quand vous êtes entré en contact avec une personne contaminée.



Isolez-vous à domicile pendant 14 jours

- > Restez à la maison. Vous pouvez sortir dans votre jardin ou sur votre terrasse.
- > Ne recevez pas de visiteurs chez vous.
- > Limitez les contacts physiques avec vos cohabitants autant que possible.
- > Il est préférable de ne pas quitter votre domicile sauf pour faire les courses, se rendre au médecin ou se procurer des médicaments. Portez toujours un masque dans ces cas-là.
- > Aérez bien votre habitation.



Suivez bien votre état de santé

- > Prenez deux fois par jour votre température.
- > Appelez votre médecin généraliste si vous développez des symptômes (difficultés respiratoires, toux, mal à la gorge, ...) et faites-vous tester une nouvelle fois.



Suivez les consignes d'hygiène

- > Ne partagez jamais vos serviettes, draps, verres, ... avec vos cohabitants.
- > Utilisez une toilette et salle de bains différente de vos cohabitants, si possible.
- > Nettoyez les éléments que vous touchez souvent au quotidien (poignées de porte, table, ...).



N'allez pas au travail ni à l'école

- > Faites du télétravail, si possible.
- > Demandez un certificat de quarantaine à votre médecin généraliste pour votre employeur. Un traceur de contact pourra vous le fournir également. Ce certificat vous permet de percevoir des allocations.

Wanneer krijg je je testresultaat?

Ben je besmet? Je huisarts belt je zo snel mogelijk.
Hoor je niks binnen de 48 uur, dan ben je niet besmet.
Je kunt ook altijd zelf je resultaat raadplegen via
www.mijngezondheid.be.

“Ik hou mij aan de regels. Zo worden andere mensen niet ziek. En zo kunnen we sneller terug normaal leven.”

Ibrahim H.

Quand aurai-je mon résultat de test ?

Êtes-vous porteur du virus ? Votre médecin généraliste vous téléphonera au plus vite.
Si vous n'avez pas de nouvelles endéans les 48 heures, vous n'êtes pas porteur.
Vous pouvez toujours consulter le résultat vous-même sur
www.masanté.be

« J'observe les règles, pour éviter de contaminer d'autres personnes. Et pour permettre un retour à la vie normale. »

Ibrahim H.

Verdere info

Gentse dienstverlening: www.stad.gent/corona

Huidige coronatoestand: www.info-coronavirus.be

Vragen over corona: bel de coronalijn 0800 14 689

Plus d'informations

Les services à Gand : www.stad.gent/corona

État sanitaire actuel : www.info-coronavirus.be

Info coronavirus : appelez la ligne d'information
au 0800 14 689

Dit is een vertaling naar het Frans van de brochure "Stop samen met ons het coronavirus". Ze bevat identiek dezelfde informatie als de Nederlandse tekst. Deze vertaling mag alleen verspreid worden met de originele brontekst "Stop samen met ons het coronavirus."