

coronavirus (COVID-19)



Ce qu'
il
faut
savoir

Se préparer au COVID-19

- Contactez votre médecin ou pharmacien pour lui demander des médicaments supplémentaires le cas échéant. Demandez-vous si la vente par correspondance n'est pas la meilleure solution.
- Faites des réserves de produits alimentaires et ménagers.

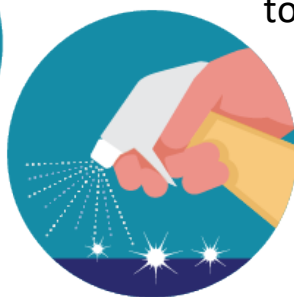
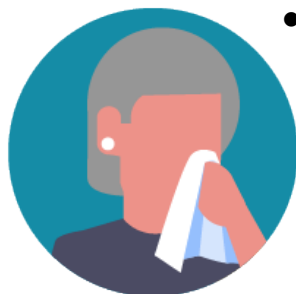
Se protéger

- Lavez-vous les mains à l'eau savonneuse pendant au moins 20 secondes
- Utilisez un désinfectant pour les mains à 60 % d'alcool quand l'eau savonneuse n'est pas une solution possible.
- Évitez de vous toucher les yeux, le nez et la bouche.
- Évitez tout contact avec les personnes malades.
- Évitez les déplacements non-essentiels.



Protéger les autres

- Restez chez vous si vous êtes malade sauf pour recevoir des soins.
- Couvrez-vous la bouche et le nez d'un mouchoir en papier en toussant et/ou en éternuant. Jetez le mouchoir en papier après son utilisation et lavez-vous les mains.
- Désinfectez les objets et les surfaces fréquemment touchés.



Signes et symptômes

Si vous présentez l'un des symptômes suivants, veuillez appeler votre médecin habituel et appelez RiverSpring Health Plans à tout moment 24 heures par jour, 7 jours sur 7 au : 1-800-370-3600.

✓ Fièvre

✓ Toux

✓ Essoufflement

✓ Diarrhée