Communicatie laagrisicocontact COVID-19 besmet persoon

Beste student/personeelslid,

Je bent op ../../…. kortstondig in contact gekomen met een COVID-19 besmet persoon. Je hebt niet langer dan 15 minuten contact (op minder dan 1,5 meter) gehad met deze persoon. De kans dat je besmet bent is dus klein.

Desondanks vragen we je om onderstaande stappen strikt te volgen.

1. WAT MOET JE DOEN?

Wees niet ongerust, maar **let wel extra goed op** gedurende 14 dagen nadat je contact had met iemand met corona.

* **Beperk je sociale contacten**:
	+ Quarantaine is niet nodig, je hoeft niet altijd thuis te blijven. Zolang je geen symptomen vertoont, kan je nog naar de campus komen of blijven werken. Volg de richtlijnen van de school strikt op.
	+ Andere contacten moet je wel beperken. Spreek gedurende 14 dagen zo weinig mogelijk af met andere personen.
* **Volg je gezondheid op**:
	+ Voel je je ziek: heb je koorts, kan je moeilijk ademen, moet je vaak hoesten, heb je keelpijn, ben je verkouden in combinatie met andere ongemakken (hoofdpijn, spierpijn,…), kan je niet zo goed meer ruiken en proeven? **Neem dan steeds contact op met je huisarts.**
* **Moet je getest worden?**
	+ Voel je je niet ziek? Dan is een test niet nodig.
	+ Voel je je wel ziek? Dan beslist je huisarts of een test nodig is.
	+ Beslist de huisarts om te testen? Verwittig ons dan via e-mail op corona@ehb.be.

2. HOE BESCHERM JE JEZELF EN ANDEREN ?

* Bewaar een onderlinge afstand van minstens 1,5m.
* Draag steeds een mondneusmasker op drukke plaatsen of wanneer de afstand van 1,5m niet kan worden gegarandeerd.
* Hoest en nies in een zakdoek. Gooi papieren zakdoeken meteen in een afgesloten vuilnisbak. Was daarna je handen. Heb je geen zakdoek? Hoest en nies dan in de plooi van je elleboog.
* Was je handen regelmatig met water en zeep. Doe dat meerdere keren per dag, gedurende 40 tot 60 seconden. Droog je handen af met een papieren doek.
* Raak je ogen, neus en mond zo weinig mogelijk aan met je handen.