

# OMS BURUNDI NEWS

Juin 2022



## EDITORIAL

La fin du mois de mai a été marquée par la tenue de l'Assemblée mondiale de la Santé (AMS) avec la réélection du Directeur General de l'OMS, Dr Tedros. Cette AMS a été l'occasion pour le DG de présenter ses priorités de santé pour le monde que sont la Promotion de la santé et du bien-être, la prévention des maladies épidémiques, la protection des familles et des communautés, la réorientation du système de santé vers les Soins de Santé Primaires comme fondement, de la Couverture Sanitaire Universelle (CSU), le renforcement de la gouvernance et du financement de la santé, et la recherche, l'innovation et l'utilisation des nouvelles technologies dans le diagnostic, la prévention et le traitement des maladies.

Aussi, la représentation de l'OMS au Burundi a organisé une revue interne de programmes afin de prendre en considération ces priorités et les traduire en actions concrètes.

Ainsi, dans le cadre de l'accès universel aux soins de santé, qui est un droit fondamental

pour tout être humain, un appui continu est apporté dans le domaine de la Couverture Sanitaire Universelle. C'est dans cet optique que l'OMS s'est engagée aux côtés du ministère de la Solidarité nationale, des Affaires sociales, Droits de la personne humaine et du Genre, pour favoriser l'accès équitable aux soins de santé à la communauté Batwa. Cet engagement s'est traduit par des ateliers de sensibilisation des membres de cette communauté batwa dans la province de Bururi.

D'autres activités importantes ont aussi été organisées comme les ateliers de sensibilisation à l'intention des jeunes et des adolescents sur la Santé Sexuelle et Reproductive conduite par la Première Dame, SE Angéline NDAYISHIMIYE dans les communes de Bubanza, Gitega, Bukeye et Kibimba ; la célébration de la journée mondiale de l'hygiène menstruelle ; l'atelier de planification annuelle des bureaux des provinces et des District sanitaires de la zone du projet « résilience » soutenue par l'Union Européenne ; L'atelier de validation du rapport sur l'évaluation des capacités en matière des Technologies d'Assistance, sans oublier l'atelier de renforcement des capacités des chirurgiens de districts pour une meilleure prise en charge des pathologies chirurgicales au Burundi.

Autant d'initiatives du Gouvernement burundais appuyées par l'OMS pour soutenir et accompagner le pays dans son effort pour améliorer la santé des populations.

Bonne lecture à vous, et...au mois prochain !

**Dr Xavier CRESPIN**  
Représentant OMS BURUNDI.

## SOMMAIRE OMS BURUNDI NEWS

- Sensibilisation des jeunes et adolescents sur la sante de la reproduction et la lutte contre le sida
- Célébration de la Journée Mondiale du Donneur de sang, sous le thème : « Donner son sang : un acte de solidarité. Rejoignez le mouvement et sauver des vies ».
- Pour une meilleure prise en charge des pathologies chirurgicales au Burundi : l'OMS contribue au renforcement des capacités des chirurgiens de districts.
- L'OMS appuie le Burundi dans la sensibilisation des Batwa sur le renforcement de leur accès aux soins de santé.

## SENSIBILISATION DES JEUNES ET ADOLESCENTS SUR LA SANTE DE LA REPRODUCTION ET LA LUTTE CONTRE LE SIDA : L'OMS APPUIE LA FONDATION DE LA PREMIERE DAME DANS LA PROMOTION DE LA SANTE ET DU BIEN-ETRE EN MILIEU SCOLAIRE



La Première Dame avec à ses côtés, la Ministre en charge de la santé et le Représentant de l'OMS, entourés des jeunes et adolescents sensibilisés.

L'adolescence, période entre 10 et 19 ans, est un moment décisif pour poser les bases d'une bonne santé. C'est à cette étape de la vie qu'apparaissent, ou se renforcent, de nombreux problèmes de santé et des comportements à risque qui se manifestent à l'adolescence, à savoir : le tabagisme, la consommation d'alcool et des drogues, les traumatismes, la violence, la dépression, la mauvaise alimentation et la sédentarité, le surpoids et l'obésité, les grossesses non désirées. Autant de maux qui ont de graves conséquences sur la santé et le développement des adolescents aujourd'hui, et menacent, par ricochet leur vie d'adulte.

Au Burundi, les deux tiers de la population sont en général jeune avec peu de connaissances en matière de santé sexuelle et reproductive, VIH et IST notamment en milieu scolaire. On peut également noter que huit filles sur cent ont déjà eu une grossesse au cours de leur vie selon les données démographiques et de santé.

De ce fait, il est important de prendre des dispositions idoines pour protéger cette frange d'âge. C'est pourquoi la Fondation de la Première Dame du Burundi a décidé d'organiser une série d'ateliers de sensibilisation avec l'appui technique et financier de l'OMS. Ainsi, SE Angéline NDAYISHIMIYE a, du 23 au 29

Juin 2022, parcouru les localités de Bubanza, Bukeye, Gitega et Kibimba pour sensibiliser les jeunes et adolescents scolarisés sur des thématiques pouvant renforcer la promotion de la santé et améliorer leur état de bien-être. L'objectif principal visé par cette démarche de la Première Dame est de contribuer à la promotion des connaissances et un comportement sexuel responsable en matière de Santé Sexuelle et Reproductive et de lutte contre le VIH/SIDA.

Dans chacune des localités parcourues, et en présence des Ministres en charge de la Santé et de la lutte contre le SIDA, de l'Education et de la Recherche scientifique, des élus locaux, des autorités administratives et sanitaires locales et l'OMS, Mme Angéline NDASHIYIMIYE, a conscientisé les jeunes et adolescents en les mettant face à leurs responsabilités, leur expliquant la nécessité d'être informés sur les faits et situations qui engagent leur vie sexuelle et la promotion de la santé et le bien-être afin de prendre les dispositions adéquates pour mener à bien leur scolarité et devenir des acteurs clés du développement du pays.

A travers les exposés présentés par les cadres du Ministère de la santé et de l'OMS et des témoignages poignants de certains de leurs pairs, les jeunes et adolescents ont été sensibilisés sur les risques liés aux

rapports sexuels non protégés, aux grossesses non désirées et précoces, aux conséquences de la consommation de l'alcool et des drogues, sur l'importance de l'activité physique et du respect des valeurs culturelles burundaises et du dialogue parent- enfant, etc.

Pour l'OMS, cette série d'ateliers dont le but est de sensibiliser les jeunes filles et garçons sur la Santé Sexuelle et Reproductive incitera les responsables à tous les niveaux à s'intéresser davantage aux besoins de santé des 10-19 ans et permettra aux jeunes et adolescentes d'accroître leur responsabilité pour que leur avenir soit meilleur dans l'intérêt de toute la nation Burundaise.

De ce fait, l'OMS agit à plusieurs niveaux pour améliorer la santé des jeunes, notamment à travers la production des lignes directrices basées sur les évidences, l'appui dans l'amélioration de l'offre et la demande des services adaptés aux jeunes et aux adolescents, les activités de sensibilisation et de plaidoyer.

C'est donc à juste titre que l'Organisation Mondiale de la Santé, à travers son Bureau au Burundi, a mis à la disposition des écoles et des formations sanitaires des équipements et des matériels pour contribuer à l'amélioration du bien-être physique et mental des jeunes-



La Première Dame et le Représentant de l'OMS remettant un lot de matériels à une bénéficiaire.

adolescents et des patients. Des dons qui ont été distribués par la Première Dame aux différents bénéficiaires dans les localités visitées.

L'organisation de ces ateliers fut aussi l'occasion pour la Première Dame, accompagnée du Représentant de l'OMS au Burundi, Dr. Xavier CRESPI, de se rendre à la Polyclinique « Umugiraneza » basée à Gitega afin de s'enquérir de l'état d'avancement des travaux de construction de cette importante infrastructure sanitaire qui devrait prendre en charge à court terme la santé des mères et des enfants.

La Première Dame et le Représentant de l'OMS accompagnés des cadres du Ministère de la Santé Publique et de la Lutte contre le Sida et du Cabinet de la Première Dame lors de la visite à la Polyclinique "Umugiraneza".



## DROIT DES MINORITES ET DES COUCHES VULNERABLES AUX SOINS DE SANTE : L'OMS APPUIE LE BURUNDI DANS LA SENSIBILISATION DES BATWA SUR LE RENFORCEMENT DE LEUR ACCES AUX SOINS DE SANTE.



La Ministre de la Solidarité (centre), le Représentant de l'OMS (extrême gauche) et le Gouverneur de Bururi lors de l'ouverture de l'atelier.

La santé est un droit inaliénable pour tout être humain. Pour l'Organisation mondiale de la santé (OMS), l'accès universel aux soins de santé est un droit fondamental pour tout être humain. En effet, la Couverture Sanitaire Universelle signifie que toutes les personnes et toutes les communautés bénéficient des services de santé dont elles ont besoin sans se heurter à des difficultés financières.

C'est dans cet optique que l'OMS s'est engagée aux côtés du gouvernement burundais, à travers le Ministère de la Solidarité nationale, des Affaires sociales, Droits de la personne humaine et du Genre, pour favoriser l'accès aux soins de santé équitables à la communauté Batwa du Burundi. Cet engagement s'est traduit par l'appui inconditionnel de l'Institution dans la sensibilisation des membres de la communauté batwa les 09 et 10 juin 2022 à Rutovu dans la province de Bururi.

Déroulée sous forme d'ateliers, cette activité de sensibilisation cadre bien avec les objectifs du

développement durable notamment l'objectif 3 qui est de permettre à tous de vivre en BONNE SANTE et PROMOUVOIR LE BIEN ETRE DE TOUS A TOUT AGE d'ici 2030. Elle vient ainsi compléter les autres activités soutenues par l'OMS en faveur des populations pour un accès universel aux services essentiels de santé. Quatre principales thématiques étaient inscrites à l'ordre du jour, à savoir : la santé reproductive, la mutualité de santé communautaire, la malnutrition et les violences basées sur le Genre. Avec pour objectif principal la réduction de la vulnérabilité à laquelle font face les Batwa afin de favoriser leur accès à la santé et à l'éducation.

L'éloignement des centres de santé ou des hôpitaux, le manque de moyens pour payer les médicaments et les services médicaux, l'absence d'eau potable, l'insuffisance de nourriture, le non accès à l'information en matière de santé constituent le lot quotidien de cette communauté minoritaire.

Ainsi pour leur permettre de jouir du meilleur état de santé physique et mentale qu'ils soient capables

d'atteindre, le Gouvernement, à travers le Ministère de la Solidarité, avec le soutien de l'OMS, veut leur permettre d'avoir la liberté de contrôler leur santé et leur corps, l'égalité à l'accès des soins de santé ainsi que l'accessibilité aux informations relatives à la santé.

Pour ce faire, tous les moyens sont mis en œuvre y compris l'implication des leaders communautaires afin qu'ils puissent jouer leur partition dans la prise de conscience des membres de la communauté batwa par rapport à leur santé.

Le lancement de cette activité de sensibilisation a été présidé par la Ministre de la solidarité en présence du Représentant de l'OMS, Dr Xavier CRESPIN. Ce dernier en a profité pour rassurer le Gouvernement burundais de l'engagement de l'OMS et de ses partenaires à accompagner le Burundi pour apporter un soutien efficace aux politiques, aux stratégies et plans nationaux permettant aux populations vulnérables et éloignées de bénéficier de leur droit à un état de santé et de bien être optimal sans être exposé à des difficultés financières.



Le Représentant de l'OMS remettant des dons aux bénéficiaires.

La distribution de vivres et de non-vivres aux familles les plus vulnérables de la communauté Batwa, par la Ministre de la Solidarité nationale au cours de cette cérémonie, est l'expression de la marque de solidarité et de soutien du Gouvernement et des Partenaires au Développement à cette communauté.



Photo de famille des participants à l'atelier de sensibilisation : au premier rang au milieu, la Ministre de la Solidarité et le Représentant de l'OMS.

## POUR UNE MEILLEURE PRISE EN CHARGE DES PATHOLOGIES CHIRURGICALES AU BURUNDI : L'OMS CONTRIBUE AU RENFORCEMENT DES CAPACITÉS DES CHIRURGIENS DE DISTRICTS.



Photo de famille des récipiendaires lors de la remise de certificats.

Sous la coordination du Ministère de la santé publique et de la lutte contre le Sida, à travers la supervision de la Direction Générale en charge de l'Offre des soins (DGOSA) et l'Institut National de Santé Publique (INSP), la formation concernait une cohorte de 25 unités de prestataires composées chacune d'un médecin généraliste, d'un technicien anesthésiste et un infirmier de bloc, répartis dans 5 sites de formation provenant de 25 hôpitaux de district. Le but principal visé par la formation, qui a duré près de six (06) mois, est de faire acquérir par les stagiaires la compétence nécessaire en chirurgie de base.

En effet, afin de surmonter de façon durable les défis identifiés, une stratégie de chirurgie de district a été élaborée et validée en février 2021 grâce à l'action coordonnée de la facilitation OMS et des sociétés savantes présentes au Burundi (Association des Chirurgiens, Association des gynécologues, des Anesthésistes et des Infirmiers des blocs opératoires), et des Partenaires au Développement dans le cadre du Programme Résilience sur financement de l'Union Européenne.

Par la suite, un plan stratégique a été élaboré en juillet

2021 avec l'appui des Associations des professionnels de santé et des Partenaires au Développement réunis dans le Groupe Thématique Chirurgie de district de la composante santé (Twiteho Amagara) du Projet Résilience.

### Principaux axes

Deux axes stratégiques sur les six que comporte le plan ont été développés dans le cadre de l'appui du Programme Résilience. Il s'agit de :

**- Axe stratégique n° 1** : renforcement des capacités par une formation de courte durée de six mois axés sur l'acquisition de compétences et sanctionnée par un certificat de capacité pour combler le déficit en termes d'équipes de chirurgie de district composée pour chaque hôpital de 3 personnes (un médecin à compétence chirurgicale, un infirmier anesthésiste et un infirmier du bloc opératoire).

**- Axe stratégique n° 6** : renforcement des infrastructures et équipements pour la chirurgie de district.

Un plan de formation issu du plan stratégique a été exécuté depuis septembre 2021.

Les domaines de compétences développées au

cours de la formation étaient les suivants :

- Compétences chirurgicales de base
- Compétences orthopédiques et traumatologiques
- Compétences urologiques
- Compétences gynéco-obstétricales de base

A l'issue de cette formation, 75 lauréats ont réussi avec succès aux examens pratiques, cliniques et à l'examen écrit.

Pour toutes ces évaluations, la moyenne est de 73.8% pour les médecins (25), 80,5% pour les infirmiers du bloc opératoire (25) et 79,7% % pour les techniciens anesthésistes (25).

### Plus-value de la formation

Signalons qu'après cette formation, les activités de chirurgie ont sensiblement augmenté dans tous les hôpitaux de district d'origine et le nombre de cas référés a significativement diminué. A titre d'exemples, les actes chirurgicaux sont passés dans certains hôpitaux de 39 % avant la formation à plus de 73 % un mois après le retour de la formation



Vue d'ensemble des participants lors de la cérémonie de remise de certificats.

Un atelier de capitalisation de cette formation est prévu au mois de juillet 2022.

Lors de la cérémonie, les apprenants et les formateurs ont fait des témoignages allant tous dans le sens de continuer la mise en œuvre de cette stratégie pour couvrir l'ensemble des hôpitaux de district et d'améliorer les conditions de travail.

Une partie de l'équipe des bénéficiaires de la formation en chirurgie de district.



## CELEBRATION DE LA JOURNEE MONDIALE DU DONNEUR DE SANG : « DONNER SON SANG : UN ACTE DE SOLIDARITE. REJOIGNEZ LE MOUVEMENT ET SAUVEZ DES VIES ! »

Le 14 juin 2022, le Burundi, comme tous les autres pays du monde a célébré, à Makamba, la Journée mondiale du donneur de sang, sous le thème « Donner son sang : un acte de solidarité. Rejoignez le mouvement et sauvez des vies ! ».

Ce thème met l'accent sur le rôle que joue le don de sang bénévole sauvant des vies et renforçant la solidarité communautaire et la cohésion sociale. Le don d'une seule unité de sang peut sauver la vie de jusqu'à trois patients.

Au programme de cette édition 2022 à Makamba, des collectes de poches de sang pour attirer l'attention de tout un chacun sur le don de vie que font des donneurs de sang volontaires non rémunérés au Burundi et dans le monde entier.

Donner son sang est un acte de solidarité. En devenant un donneur de sang, vous contribuerez à alléger la pression sur les systèmes de santé qui ploient

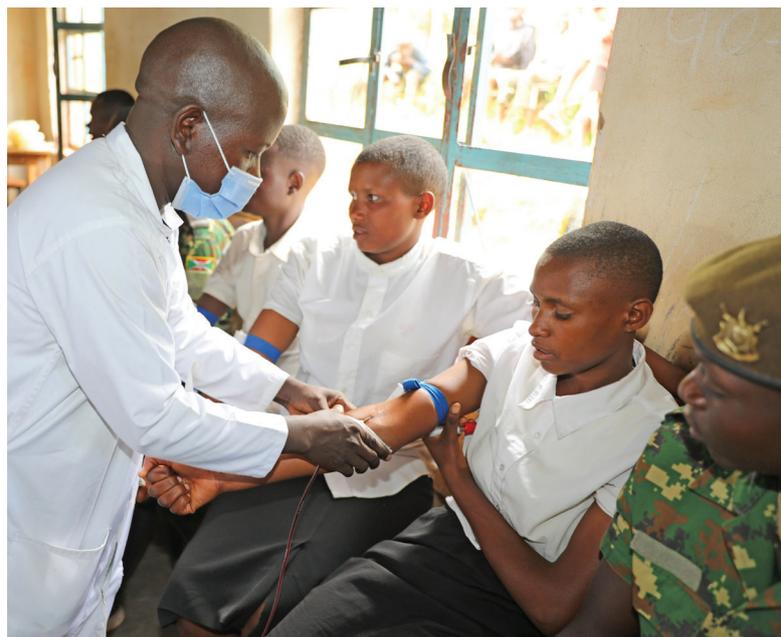


La Ministre en charge de la santé (au centre) avec à sa gauche le délégué de l'OMS;

encore sous le fardeau de la pandémie de COVID-19. À l'occasion de la Journée mondiale du donneur de sang, l'OMS exhorte les dirigeants politiques africains à accorder la priorité à la mise à disposition de ressources humaines et financières suffisantes pour assurer l'avenir des services nationaux de transfusion sanguine.



La Ministre en charge de la santé avec à sa droite (en casquette) le délégué de l'OMS.



Un donneur-volontaire offrant gracieusement son sang

## CELEBRATION DE LA JOURNEE MONDIALE DE L'HYGIENE MENSTRUELLE

Sous le haut Patronage de SE Angéline Ndayishimiye, le Burundi a célébré le 3 juin 2022 à Ngozi la journée mondiale de l'hygiène menstruelle, sous le thème « un meilleur investissement pour la santé et l'hygiène menstruelle ».

Célébrée le 28 mai de chaque année, cette journée vise à interpeller les décideurs pour l'amélioration des infrastructures sanitaires en milieu scolaire afin de promouvoir la fréquentation des filles et leur maintien à l'école pendant les règles.

Cette célébration a connu la participation de la Ministre de la Santé publique et de la lutte contre le Sida, celle en charge du département de la solidarité nationale et du Genre, du Coordonnateur Résident du



La Première Dame entourée des Ministres de la Santé et de la Solidarité et des Représentants des Agences du Système des Nations Unies au Burundi avec à leur tête le Coordonnateur Résident des Nations Unies.

du système des Nations Unies, Damien Mama, des Représentants de ONU FEMMES, UNFPA, UNICEF et OMS.

## ATELIER DE PLANIFICATION ANNUELLE 2022-2023 DES BUREAUX DE PROVINCES ET DISTRICTS SANITAIRES

138 responsables sanitaires des bureaux des provinces sanitaires et des Hôpitaux de District sanitaires de la zone du projet résilience se sont réunis du 30 mai au 3 juin à Gitega pour la planification annuelle 2022-23.

Appuyée par l'OMS, cette activité de planification annuelle concernant les provinces Rumonge, Muramvya, Kirundo, Bujumbura et Bujumbura –Mairie est alignée à la stratégie sectorielle 2021-2027 du Ministère de la Santé Publique et de la Lutte contre le Sida pour la Couverture Sanitaire Universelle.

Articulée en plusieurs ateliers, cette activité de planification vise à renforcer les capacités des équipes des BPS, BDS et Hôpitaux des régions concernées pour une meilleure utilisation des outils de planification répondant aux besoins sanitaires des populations.



Vue partielle des participants lors des travaux.

## ATELIER DE VALIDATION DU RAPPORT SUR LES TECHNOLOGIES D'ASSISTANCE(TA)

Vers l'amélioration de l'accès aux Technologies d'Assistance (TA) au Burundi. L'atelier de validation du rapport sur l'évaluation des capacités en matière de TA s'est tenu du 2 au 3 juin 2022 à l'Hôtel Pearl de Bujumbura avec l'appui technique et financier de l'OMS.

Au cours de ces deux jours de travaux, le plan stratégique national pour améliorer l'accès aux TA fut présenté de même que la liste nationale des TA prioritaires au Burundi.

La TA est l'un des facteurs clés pour le succès de soins de santé primaires. Elle couvre les appareils de basse vision, les appareils auditifs, les déambulateurs, les fauteuils roulants et les prothèses pour améliorer les capacités fonctionnelles des personnes handicapées, âgées ou vivant avec des maladies chroniques.



Dr Donatien Bigirimana de l'OMS en plein exposé.

## RENCONTRE DU REPRESENTANT DE L'OMS AVEC LE CORPS PROFESSORAL DES UNIVERSITES LUMIERE ET DU BURUNDI

Le Représentant de l'OMS au Burundi, Dr Xavier CRESPIN, a rencontré dans l'après-midi du 7 Juin 2022, le corps académique de l'université Lumière et de l'université du Burundi.

Cette réunion se situait dans le cadre de la réforme de curriculum des études médicales et paramédicales par l'intégration des programmes d'enseignements des sciences de la santé au Burundi.

La rencontre a permis d'associer ces universités comme parties prenantes au projet initié par le MSPLS d'harmoniser les curricula des études médicales et paramédicales à tous les niveaux afin de combler les insuffisances relevées particulièrement dans le domaine de la nutrition.



Vue d'ensemble des participants à la rencontre.

## 2<sup>EME</sup> EDITION DE LA JOURNEE RESILIENCE : POUR UN MEILLEUR PARTAGE D'EXPERIENCE

L'édition 2022 de la Journée Résilience s'est tenue le 10 juin 2022 au jardin public de Bujumbura. Financé par l'Union Européenne le programme Résilience vise à renforcer les capacités des bénéficiaires et des communautés à s'adapter et à se relever après un choc ou un stress. Le programme Résilience se décline en trois composantes dont l'une d'elles est le projet TWITEHO AMAGARA, la santé pour accroître l'accessibilité et la qualité des services de santé, et pour répondre aux besoins des populations en situation d'urgence de santé publique. Le projet TWITEHO AMAGARA, est conjointement implémenté par ENABEL et l'OMS à travers plusieurs activités en matière de santé communautaire, santé de la reproduction dans 5 provinces du pays.

La deuxième Journée Résilience avait pour objectif général de partager les



L'équipe de l'OMS, OIM, et ENABEL tenant le stand conjoint des dites organisations lors de la journée.

expériences aussi bien positives que négatives et les leçons apprises du programme Résilience, dans une perspective de poursuite des programmes d'appui.

## ELABORATION DU PLAN DIRECTEUR 2022-2027 DES MALADIES TROPICALES NEGLIGÉES

Du 13 au 17 Juin 2022, à Gitega, les cadres du MSPLS et les partenaires de la santé se sont réunis pour élaborer le plan directeur 2022-2027 de lutte contre les maladies tropicales négligées (MTN), avec le soutien technique et financier de l'OMS.

L'élaboration de ce plan de 3<sup>ème</sup> génération est guidée par les progrès et leçons apprises au cours de la mise en œuvre du plan précédent, la stratégie sectorielle de la santé 2021-2027 et par la feuille de route mondiale pour les maladies tropicales négligées 2021-2030.

Après avoir fait l'état des lieux sur le statut actuel des MTN, les participants ont identifié des cibles spécifiques à atteindre à l'horizon 2027 pour chaque maladie endémique en ce qui concerne son élimination et son contrôle.

Au Burundi, plusieurs MTN existent et font l'objet de stratégies de lutte depuis plusieurs années, notamment l'onchocercose, le trachome, la bilharziose, la lèpre, les geohilminthiases (verminoses intestinales) avec de progrès remarquables vers l'élimination pour l'onchocercose et le trachome.

### Directeur de Publication

Dr Xavier CRESPIN, Représentant OMS BURUNDI

### Rédacteur-en-chef

Abd Razack SAIZONOU, Communication Officer

### Rédacteur-en-chef adjoint et Graphiste

Grâce Ntahiraja, Assistante Communication

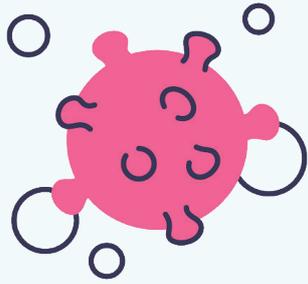
### Conseiller à la rédaction

Dr Yao Kouadio Théodore

### Collaboration

Dr Brigitte NDELEMA  
Dr Eugénie NIANE  
Dr Dismas BAZA  
Dr Alphonse CIZA  
Dr Nouhou DIALLO  
Dr Laurence MUNYANA

# ALERTE COVID-19 !



La COVID-19 affecte les individus de différentes manières. La plupart des personnes infectées développent une forme légère ou une forme modérée de la maladie et guérissent sans hospitalisation.

## PROPAGATION DE LA COVID-19

Le virus qui entraîne la COVID-19 se transmet principalement par des gouttelettes produites lorsqu'une personne infectée tousse, éternue, ou lors d'une expiration. Ces gouttelettes sont trop lourdes pour rester dans l'air et tombent rapidement sur le sol ou sur toute surface proche.

Vous pouvez être infecté en respirant le virus, si vous êtes à proximité d'une personne malade, ou en touchant une surface contaminée puis vos yeux, votre nez ou votre bouche.

### Symptômes les plus fréquents:

- fièvre
- toux sèche
- fatigue

### Symptômes moins fréquents:

- courbatures
- maux de gorge
- diarrhée
- conjonctivite
- maux de tête
- perte de l'odorat ou du goût
- éruption cutanée, ou décoloration des doigts ou des orteils

### Symptômes graves:

- difficultés à respirer ou essoufflement
- sensation d'oppression ou douleur au niveau de la poitrine
- perte d'élocution ou de motricité



**Si vous présentez des symptômes graves, consultez immédiatement un professionnel de santé.** Avant de vous rendre chez votre médecin ou dans un établissement de santé, contactez-les toujours par téléphone.

Les individus présentant des symptômes légers, mais qui sont par ailleurs en bonne santé, doivent se soigner chez eux.

En moyenne, l'apparition des symptômes chez une personne infectée par le virus prend cinq à six jours. Cependant, ce délai peut s'étendre jusqu'à quatorze jours.

# COMMENT UTILISER UN MASQUE ?



Lavez-vous les mains avant de mettre votre masque, ainsi qu'avant de l'enlever, à tout moment.



Assurez-vous qu'il couvre à la fois votre nez, votre bouche et votre menton.



Lorsque vous enlevez votre masque, lavez-le chaque jour, s'il s'agit d'un masque en tissu ou jetez-le dans une poubelle si c'est un masque médical.



**CONSIDÉREZ LE PORT DU MASQUE COMME NORMAL LORSQUE VOUS ÊTES AVEC D'AUTRES PERSONNES. POUR QUE LES MASQUES SOIENT AUSSI EFFICACES QUE POSSIBLE, IL EST ESSENTIEL DE LES PORTER ET DE LES LAVER CORRECTEMENT S'IL S'AGIT D'UN MASQUE EN TISSU OU DE LES JETER SI C'EST UN MASQUE MÉDICAL!!**