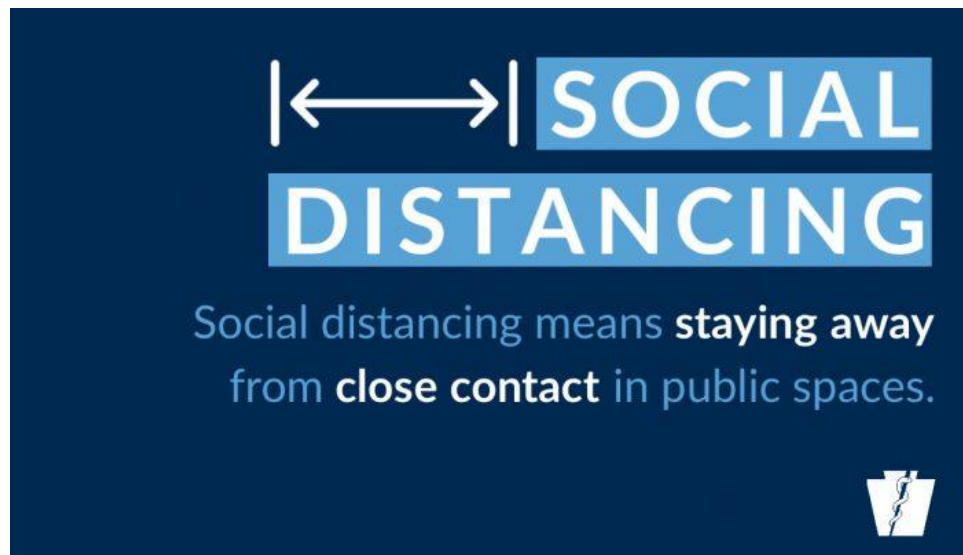


Augmentation de cas de COVID-19 : ce que vous pouvez faire

18 mars 2020 | James Garrow | [Conseil de Santé, Ministère de la Santé Publique](#)



[Légende de l'image : L'éloignement social veut dire **rester éloigné d'un contact étroit** dans les espaces publics.]

Le nombre de cas de COVID-19 continuera d'augmenter à Philadelphie. Nous verrons plus de cas confirmés, plus de cas examinés, et plus de personnes en quarantaine. Nous savons que l'augmentation du nombre de cas peut être inquiétant. Cela veut aussi dire que notre système de santé identifie les personnes qui ont été exposées, et donc que les habitants de Philadelphie prennent contact lorsqu'ils ont des symptômes.

Les travailleurs essentiels – dans les épiceries et pharmacies, de sécurité publique, d'assainissement, de la santé et des services sociaux, de transport, communication et services publics – travaillent 24 heures par jour pour assurer la sécurité de chacun. Nous avons plus que jamais besoin de leurs services. Veuillez continuer à prendre des précautions pour vous protéger vous-mêmes, vos proches ainsi que les travailleurs essentiels ; nous avons tous besoin de rester en bonne santé.

Que pouvez-vous faire ?

Rester à la maison

La Ville [a stoppé les activités non essentielles](#). Garder une distance physique, entre nous, est la chose la plus importante que nous pouvons faire pour stopper le COVID-19.

Voici des ressources pour [appliquer pour le chômage ou pour une indemnisation de travail](#), [pour travailler à la maison](#), [pour parler aux enfants](#) du COVID-19, pour apprendre à partir du [School District](#) et de la [Free Library](#), et de prendre soin de votre santé [mental](#) et de [comportement](#) en isolation.

Laver vos mains

Fréquemment avec du savon [pendant au moins 20 secondes](#). Utiliser un désinfectant pour les mains à base d'alcool lorsque le savon et l'eau ne sont pas disponibles

Surveiller l'apparition de symptômes

Les symptômes les plus courants de COVID-19 sont une fièvre élevée et une toux sèche. Appeler votre médecin traitant si vous pensez que vous devriez être testés pour le COVID-19.

Si vous n'avez pas de médecin traitant, appeler l'hôpital, la [clinique ou le service de soins d'urgence](#) que vous avez visité le plus récemment. Appeler en premier lieu permet aux personnels de santé de s'assurer que vous pouvez être vu sans contaminer quelqu'un d'autre.

Obtenir des réponses à vos questions médicales

Appeler le service d'assistance téléphonique Philadelphia COVID-19, 24/7 au 1-800-722-7112.

Lire les directives sur les sites internet de la [Ville](#), de l'[état](#) et du [CDC](#). Consulter les [services de santé mentale et d'addiction](#) disponible à Philadelphie durant la fermeture dû au COVID-19.

Découvrir l'intervention de Philadelphie

Texter « COVIDPHL » au 888-777 pour recevoir des mises à jour sur votre téléphone. Regarder les nouvelles journalières de la Ville à 13 heures sur [Twitter](#) ou [Facebook](#).

Visiter phila.gov/covid-19 pour les dernières nouvelles et mises à jour.

Appeler le 311 pour des questions à propos des services et des réponses au COVID-19 fournies par la Ville.

Prendre des nouvelles des voisins, des amis et de la famille

Ceux qui vivent seuls sont surtout âgées, souffrent de handicaps, parlent peu l'anglais, ou ont des enfants qui pourraient avoir [besoin de repas gratuits](#). Utiliser le téléphone ! Nous avons tous une part à jouer pour s'assurer que tout le monde ait des informations à jour et précise.

Faites du bénévolat

Enregistrez-vous avec le [Medical Reserve Corps](#) de la Ville. Les volontaires cliniques et non cliniques sont sollicités.

Merci à nos travailleurs de santé et à nos premiers intervenants. Merci aux habitants de Philadelphie pour le stockage de nourriture et de produits pharmaceutiques. Merci à chacun de vous à SEPTA, et à chacune des personnes qui s'assure que nous ne manquons pas d'eau, d'électricité, de chauffage et de communication. Et merci à ceux qui restent à la maison et qui suivent les recommandations additionnelles ci-dessus.

→ **Apprenez plus à propos de ce que la Ville fait pour répondre au COVID-19.**