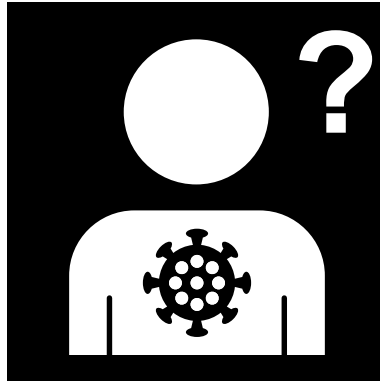




## Vereenvoudigde informatie voor (bevestigde) patiënten in de thuissituatie

De informatie in dit infoblad is gebaseerd op het 'Protocol thuisisolatie van een patiënt met COVID-19' van het RIVM. Dit informatieblad is niet bedoeld ter vervanging van dit protocol maar als visuele ondersteuning voor cliënten met een (licht-) verstandelijke beperking of (beginnende-) dementie.

Bespreek de inhoud van dit infoblad altijd samen met je cliënt en controleer of hij of zij de regels ook begrijpt.

Besmetting met het coronavirus heeft ingrijpende gevolgen voor kwetsbare cliënten. Met dit document hopen wij hen duidelijkheid te bieden bij het voorkomen van corona en bij besmetting met het coronavirus.

Dit document is gemaakt door de Profila Zorggroep voor de VG-clieënten die door hen begeleid worden. Mocht u vragen hebben dan kunt u contact opnemen via **totalecommunicatie@profilazorg.nl**

## Gebruik van dit document

- Gebruik van dit document staat vrij.
- Dit document wordt in PDF aangeboden.

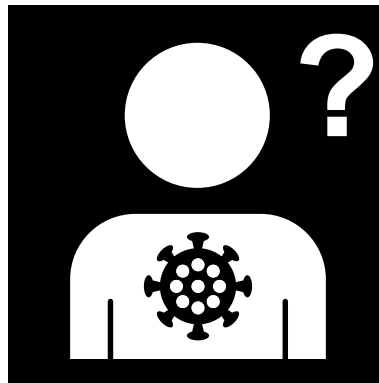
## Bronnen en gebruikte pictogrammen

- Deze informatie is gebaseerd op de informatie op de site van het RIVM: **Rivm.nl**
- In dit document worden pictogrammen van Visitaal / Pictostudio gebruikt:  
**Pictostudio.nl**

Pictostudio heeft speciaal voor o.a. deze doelgroep en voor het voorkomen van het coronavirus gratis pdf's met pictogrammen ter beschikking gesteld:

**Pictostudio.nl/actueel**

# Ik heb het coronavirus



## Wat moet ik doen?

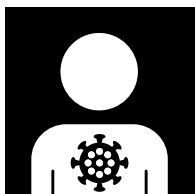
### Disclaimer

Dit informatieblad is niet bedoeld ter vervanging van de protocollen van het RIVM en de instructies van de overheden met betrekking tot COVID-19. Dit informatieblad is slechts bedoeld ter ondersteuning van de informatieverstrekking aan cliënten. Raadpleeg altijd eerst de website van het RIVM om zeker te stellen dat je de cliënt juist informeert. Dit informatieblad is evenmin bedoeld ter vervanging van opleidingstrajecten, opleidingsmateriaal, protocollen of naslagwerken. Degene die van dit informatieblad gebruik maakt is er zelf verantwoordelijk voor om na te gaan of dit zonder meer op de cliënt, gezien de omstandigheden van de cliënt, kan worden toegepast. Wij adviseren om nooit zonder deugdelijke opleiding of zonder deskundig toezicht zelf te experimenteren met de in dit informatieblad beschreven handelingen. De auteurs en uitgever zijn niet verantwoordelijk of aansprakelijk voor eventueel letsel of schade als gevolg van het gebruik van dit informatieblad.

# Regels van het RIVM



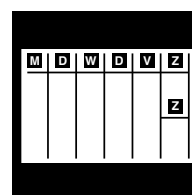
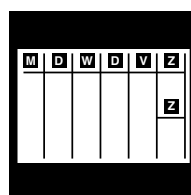
U krijgt deze brief omdat u ziek bent.



U heeft het coronavirus.



Wij vragen u om **twee weken** in huis te blijven.  
We begrijpen dat dit moeilijk kan zijn.  
U kunt twee weken niet doen wat u altijd doet.



Hieronder ziet u een kalender.

Vul de datum-nummers in.

Bekijk welke dag het vandaag is.

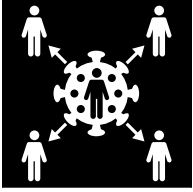
Geef alle dagen dat u in uw kamer moet blijven een kleur.

Is de dag voorbij, zet een **X** door de dag.

Zo kunt u zien hoeveel dagen u nog op uw kamer moet blijven.

| Maandag | Dinsdag | Woensdag | Donderdag | Vrijdag | Zaterdag | Zondag |
|---------|---------|----------|-----------|---------|----------|--------|
|         |         |          |           |         |          |        |
|         |         |          |           |         |          |        |
|         |         |          |           |         |          |        |
|         |         |          |           |         |          |        |
|         |         |          |           |         |          |        |

# Regels



Het is **belangrijk** dat u zich aan de regels houdt.  
Anders kunnen mensen om u heen ook ziek worden.



In deze brief staat wat u wel en niet mag doen.  
Als u **vragen** heeft belt u uw **contactpersoon** bij de GGD.



Uw contactpersoon van de GGD heet:.....  
Het telefoonnummer van uw contactpersoon is:.....



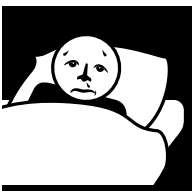
**U moet thuis blijven, u mag niet naar buiten!**



U mag wel in uw tuin of op uw balkon zitten  
Er mogen geen andere mensen bij u zitten.  
U mag geen bezoek ontvangen.  
Alleen de huisarts en de GGD mogen bij u komen.



## Wordt er iemand anders in huis erg ziek?



Bel dan de huisarts.  
Ga niet naar de huisartsenpost!  
Ga niet naar het ziekenhuis!  
De huisarts vertelt door de telefoon wat u moet doen.

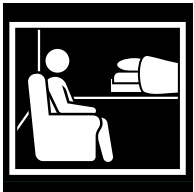


# Wat moet u doen als u met anderen in huis woont?

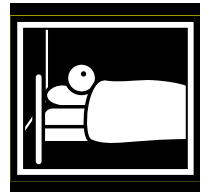
Alleen de mensen die bij u wonen mogen in huis zijn.



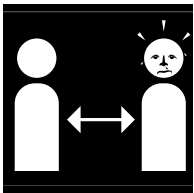
U mag geen bezoek krijgen.  
Ook de andere mensen in huis mogen geen bezoek krijgen.



U blijft zoveel mogelijk in uw eigen kamer.  
Daar slaapt u ook.  
U slaapt alleen.



Andere mensen in huis komen zo weinig mogelijk in uw kamer.



U hebt zo weinig mogelijk contact met mensen in huis.  
Houd 2 meter afstand van **alle mensen**.



U mag niet knuffelen, niet zoenen, geen seks hebben.



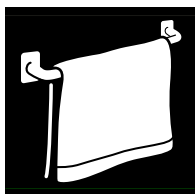
U gebruikt uw **eigen** bestek, borden, bekers en glazen.



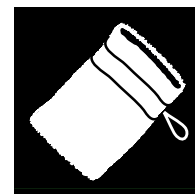
# Wat moet u doen als u met anderen in huis woont?



U gebruikt uw **eigen** tandenborstel.



U gebruikt uw **eigen** handdoeken en washandjes.



Als het kan, gebruik een toilet en badkamer voor uzelf.



## Moeten anderen toch bij u in de kamer komen?

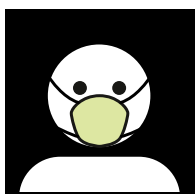
Bezoekers moeten een FFP1-masker op voor ze bij u op de kamer komen.

Dit is een speciaal masker.

Vraag de GGD om FFP1-maskers.



De kleur van het masker kan anders zijn



De kleur van het masker kan anders zijn

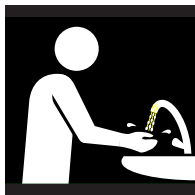
## Als u de kamer uitgaat moet u een masker opdoen.

U moet dan een ander masker op dan iemand die bij u in de kamer komt.

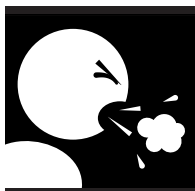
U moet een chirurgisch mondneusmasker op.

Dit masker krijgt u van de GGD. Vraag de GGD om deze maskers.

# Hoe zorgt u voor een goede persoonlijke hygiëne?



Was vaak uw handen met zeep.

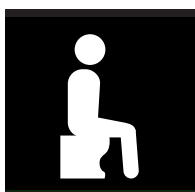


**Was uw handen:**

Na hoesten en niezen.



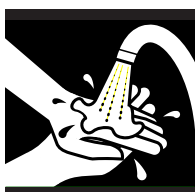
Nadat u het masker afdoet.



Als u naar het toilet bent geweest.



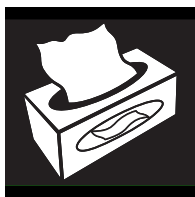
Na het schoonmaken en opruimen.



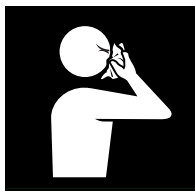
Ontsmet na het wassen uw handen met handalcohol.



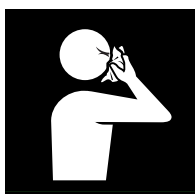
# Regels bij hoesten en niezen



Gebruik een papieren zakdoek.



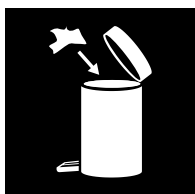
Hoest in een papieren zakdoek.



Nies in een papieren zakdoek.



Hebt u geen papieren zakdoekje?  
Hoest of nies dan in de plooi van uw elleboog.



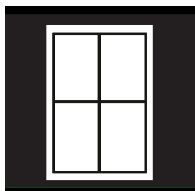
Gebruik een zakdoek maar 1 keer.  
Gooi de zakdoek na gebruik weg in een plastic zak.



# Hoe zorgt u voor een goede hygiëne in huis?



Blijf zoveel mogelijk in een aparte kamer.



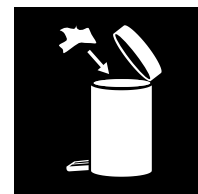
Zet in de kamer waar u bent een paar keer per dag een raam open.  
Zo komt er frisse lucht binnen.



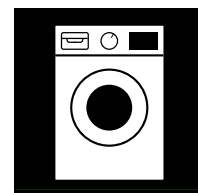
Maak de badkamer en toilet elke dag schoon.  
Denk ook aan de kraan, de lichtknopjes en de deurklink.



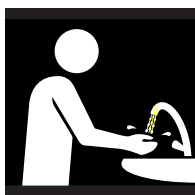
Doe eerst handschoenen aan die u weg kunt gooien.



Maak schoon met gewoon schoonmaakmiddel.  
Maak daarna de kraan, de lichtknopjes en de deurklink  
schoon met huishoudbleek.  
Doe de schoonmaakdoek daarna direct in de was.



Doe de handschoenen uit en gooi ze weg.



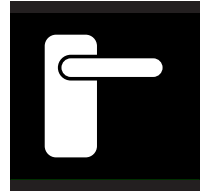
Was daarna uw handen met water en zeep.



# Hoe zorgt u voor een goede hygiëne in huis?



Maak veelgebruikte oppervlakken elke dag schoon.  
Dit zijn oppervlakken die uw vaak aanraakt.  
Bijvoorbeeld het nachtkastje, handvatten, deurklinken  
en lichtknopjes



Gooi uw afval in een aparte afvalzak op uw eigen kamer.  
Draag handschoenen bij het weggooien van de afvalzak.  
De zak mag bij het huishoudvuil.

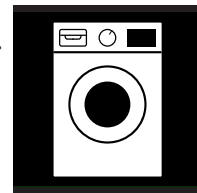


Zorg dat ontlasting, spuug, snot, zweet en urine  
niet verspreid worden.



Andere mensen dragen weggooi-handschoenen  
als:

- Zij in uw kamer komen.
- Zij uw was doen.
- Zij u helpen met het afwassen van uw borden,  
bekers, glazen en bestek.
- Zij u helpen bij het opruimen van afval dat door  
u gebruikt is.



## Kleding wassen



- Gooi uw wasgoed in uw eigen wasmand.
- Was uw wasgoed apart van de kleding van  
andere mensen in huis.
- Was op 60 graden of hoger.
- Draai een volledig wasprogramma, geen kort  
wasprogramma.
- Gebruik normaal wasmiddel.



## Afwassen



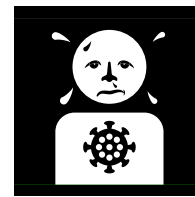
Was uw borden, bestek, bekers en glazen apart af:  
Niet samen met de spullen van anderen in huis!  
Gebruik afwasmiddel en heet water.  
Uw spullen mogen ook in de vaatwasmachine op een  
uitgebreid wasprogramma.



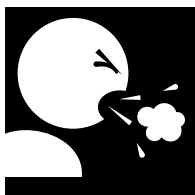
## Contact met de GGD



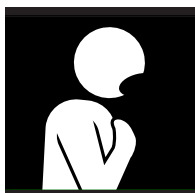
De GGD belt u elke dag.  
Zij vragen of er meer mensen in huis klachten hebben.  
Zij willen ook weten welke klachten er zijn.



## Wat zijn de klachten van het coronavirus?



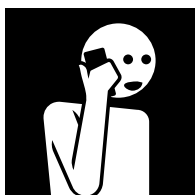
Hoesten.



Kortademigheid, moeite met ademenhalen.



Koorts: 38.0° C of hoger.



Bel de GGD als iemand in huis hier last van heeft.

Wordt er iemand ziek en heeft u hulp nodig van een arts?



- Bel de huisarts.
- Ga niet naar de huisarts toe.
- Ga niet naar het ziekenhuis toe.

De huisarts verteld door de telefoon wat u moet doen.  
Het telefoonnummer van de huisarts is: .....

