



Groningen

Groningen, 6 maart 2020

Geacht lid van Vindicat,

Deze informatie ontvang je omdat je terug komt van de ski-vakantie in Sestriere (Piemont), Noord-Italië. Dit gebied is een risicogebied voor het coronavirus. Er is dan ook een kans dat je binnen nu en twee weken ziek wordt door het coronavirus. De symptomen zijn koorts (≥ 38 °C) én hoesten, kortademigheid of longontsteking. Als je ziek wordt, kun je ook anderen in je omgeving besmetten.

We vragen je met klem je verantwoordelijkheid te nemen en onderstaande voorzorgsmaatregelen in acht te nemen. Als je dit niet doet, kan dit grote gevolgen hebben voor de publieke gezondheid. Wees je daarvan bewust.

Maatregelen

1. Houdt je gezondheid **gedurende twee weken** goed in de gaten. Vul daarvoor het logboek op de achterzijde in.
2. Zorg dat je een thermometer in huis hebt.
3. Als je klachten krijgt van verkoudheid of hoesten, of als je je koortsig voelt, meet dan je temperatuur:
 - a. **Geen koorts (temperatuur < 38 °C):**
 - Blijf thuis, ga niet naar colleges, werk of stages en vermijd sociaal contact (ook niet naar de kroeg). Je mag eventueel wel een boodschap doen, maar vermijd ook dan fysiek contact met anderen.
 - Neem de volgende basismaatregelen in acht: was je handen regelmatig met water en zeep. Hoest en nies in de binnenkant van je elleboog. Gebruik papieren zakdoekjes en gooi ze na gebruik weg.
 - Blijf je gezondheid in de gaten houden en meet dagelijks je temperatuur. Noteer klachten en temperatuur in het logboek op de achterzijde van deze folder.
 - Als je koorts krijgt (≥ 38 °C) en/of je klachten toenemen, neem dan telefonisch contact op met je huisarts of de GGD. Deze beoordelen dan of je getest moet worden op het coronavirus.
 - b. **Wel koorts (temperatuur ≥ 38 °C)**
 - Blijf thuis, ga niet naar colleges, werk of stages en vermijd sociaal contact (ook niet naar de kroeg). Vermijd ook contact met je huisgenoten. Ga de deur niet uit.
 - Neem **telefonisch** contact op met je huisarts of de GGD. Deze beoordelen of je getest moet worden op het coronavirus.
 - Noteer je klachten en je temperatuur in het logboek op de achterzijde van deze folder.

