

Nouveau coronavirus – COVID-19

Consignes à l'attention des personnes âgées de plus de 70 ans

Les personnes âgées de plus de 70 ans doivent tout particulièrement éviter l'exposition au coronavirus. Les personnes âgées présentent un risque nettement plus élevé de présenter des symptômes graves liés au coronavirus, qui nécessitent une hospitalisation, voire des symptômes mettant leur vie en danger.

Le gouvernement a énoncé les lignes d'action à observer pour protéger la population âgée de plus de 70 ans. Par conséquent, les personnes de plus de 70 ans sont dans l'obligation de rester à l'écart des contacts avec les autres personnes, dans la mesure du possible.

Si vous avez plus de 70 ans

- Ne rencontrez pas d'autres personnes en tête-à-tête, et évitez les déplacements à l'extérieur de votre domicile.
- Demandez à vos proches et à vos voisins de vous aider pour faire vos courses/démarches.
- Demandez au besoin de l'aide auprès de votre commune pour acheter la nourriture ou des médicaments, par exemple. Si vous devez absolument faire vos courses ou aller à la pharmacie ou aller au centre médical, faites-le aux heures creuses où il n'y a pas beaucoup de monde.
- Vous pouvez également mandater une autre personne à aller chercher vos médicaments sur ordonnance. Veuillez vous identifier sur le service en ligne à l'adresse suomi.fi/valtuudet.
- Observez les consignes générales pour minimiser le risque d'infection.
- N'oubliez pas de bouger/faire de l'exercice le plus possible à la maison. Si cependant, vous sortez en plein-air, évitez les contacts avec d'autres personnes.
- Gardez contact avec vos proches par téléphone ou bien sur les réseaux sociaux.

Les voisins et les proches sont des soutiens importants pour faciliter votre quotidien en période d'état d'urgence. Chacun est responsable de prendre en considération les personnes âgées et les personnes qui ont une résistance immunitaire affaiblie. La résistance immunitaire peut être affaiblie en raison d'une pathologie sous-jacente, par exemple.

Si vous êtes un membre de la famille ou un proche d'une personne âgée de plus de 70 ans

- Veuillez éviter les visites inutiles chez les personnes âgées de plus de 70 ans ou les autres personnes faisant partie du groupe à risque.
- Veuillez rester en contact, par exemple, par téléphone ou via les réseaux Internet.
- Si la visite est indispensable, renoncez à serrer la main, à donner une accolade ou de tout autre contact étroit avec la personne. Protégez vos voies respiratoires avec un mouchoir à usage unique si vous n'avez pas de masque de protection respiratoire.
- Si vous êtes un proche aidant ou un assistant personnel, veuillez prendre en compte l'éventuel risque de contamination transmis par les autres contacts. Il est recommandé d'éviter les contacts proches avec d'autres personnes si possible.