



JOB AID

JEU QUI EST LE CHAMPION? SPÉCIAL CARTES COVID-19

INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES
POUR L'ANIMATION

CARTE 1 - REPONSE : COVID 19

La COVID 19 est le nom de la maladie .

Le Coronavirus est le nom du virus qui déclenche la maladie.

- C'est une épidémie mondiale, ou une **pandémie**.
- Elle est **nouvelle** et on en découvrons chaque jour un peu plus sur elle.
- **Tous les pays sont touchés.**
- **Le Cameroun** n'est pas en reste avec plus de 8000 cas actuellement.
- Cette maladie peut **dans certains cas être mortelle** ou entraîner de graves complications en particulier chez les personnes âgées ou présentant d'autres maladies chroniques (diabète, hypertension, problèmes cardiaques ou respiratoires).
- **Il n'existe pas pour le moment de vaccin** ou de remèdes pour ne pas l'attraper.
- **S'en protéger est une priorité en ce moment** : à la fois pour se protéger soit même mais aussi pour protéger les autres.





JOB AID

JEU QUI EST LE CHAMPION? SPÉCIAL CARTES COVID-19

INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES
POUR L'ANIMATION

CARTE 2 - REPONSE : YEUX, NEZ, BOUCHE

- **La COVID-19 se transmet** principalement d'une personne infectée à une personne saine **par le biais de gouttelettes respiratoires** expulsées par le nez ou par la bouche lorsqu'une personne malade tousse, éternue ou parle. Ces gouttelettes sont relativement lourdes, ne parcourent pas de grandes distances et tombent rapidement au sol.
- Il est possible de contracter la COVID-19 **en cas d'inhalation** de ces gouttelettes ou en les touchant.
- **Ces gouttelettes peuvent se retrouver sur des objets ou des surfaces** autour de la personne malade (tables, poignées de porte et rampes, par exemple).
- **On peut alors contracter la COVID-19 si on touche ces objets** ou ces surfaces et si on se touche ensuite les yeux, le nez ou la bouche.



JEU QUI EST LE CHAMPION? SPÉCIAL CARTES COVID-19

INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES
POUR L'ANIMATION

CARTE 3 - REPONSE : PERIODE D'INCUBATION

- À ce jour, il n'est **pas possible de confirmer à 100%** que les personnes en **période d'incubation sont capables de transmettre le virus.**
- Cependant, certaines études ont révélé **une transmission possible pendant les jours juste avant l'apparition des symptômes.**
- Il n'est pas sûr que les personnes infectées n'ayant aucun symptôme de la maladie (dit asymptomatique) ne puissent pas contaminer d'autres personnes. Cependant, **une personne qui a des symptômes** (dit symptomatique) **comme la toux, aura plus de risque de transmettre le virus** par la propulsion de gouttelettes (voir mode de transmission dans le module suivant) en comparaison à une personne infectée qui ne tousse pas.
- **Dans tous les cas et par précaution il vaut mieux systématiquement se protéger devant toute personne** en respectant les mesures de prévention.



JEU QUI EST LE CHAMPION? SPÉCIAL CARTES COVID-19

INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES
POUR L'ANIMATION

CARTE 4 - REPONSE : LES 4 GESTES BARRIERES

1. **Se laver très régulièrement les mains** à l'eau propre coulante et au savon, ou avec une solution hydro-alcoolique est un élément essentiel pour se protéger de la COVID-19 et éviter sa propagation car le virus ne résiste pas au savon et à l'alcool. Pour un bon lavage des mains, il faut utiliser de l'eau tiède et une bonne quantité de savon, frotter la paume et le dos des mains, savonner entre les doigts et le dessus des doigts sans oublier les ongles et les poignets pendant 40 à 60 secondes.
2. **Porter d'un masque** en dehors de son domicile. Les masques sont soit à usage unique et ne sont efficaces que quelques heures (4-6 heures) soit en tissus. Ils ne sont pas destinés à être lavés, désinfectés, nettoyés. Le masque doit couvrir la bouche et le nez, et ne doit pas être partagé. Après avoir enlevé le masque, il faut se nettoyer les mains avec un produit hydro-alcoolique.
3. **Eternuer dans un mouchoir jetable** (le jeter dans une poubelle et se laver les mains après) **ou utiliser le pli du coude** quand on tousse ou éternue. Cette zone sera contaminée si nous sommes malade (ou contagieux) mais elle ne sera pas en contact avec d'autres personnes ou même avec les objets qui nous entourent. **Éviter de toucher visage (yeux, nez et bouche) avec les mains non lavées** qui sont des portes d'entrées du virus.
4. **Garder ses distances.** Il est important de ne pas serrer la main et de garder une distance d'environ 1,5 voire 2 mètres avec les autres afin d'éviter d'être contaminé ou de contaminer.

