

Nouveau coronavirus

Documents de travail



Personnes particulièrement vulnérables



Pour certaines personnes, la contamination par le nouveau coronavirus est dangereuse. En effet, la maladie peut avoir des conséquences graves pour elles. Sont considérés comme vulnérables:

Les personnes de plus de 65 ans

Les adultes souffrant des maladies suivantes

- obésité de classe III (IMC ≥ 40 kg/m²)
- hypertension artérielle
- maladies chroniques des voies respiratoires
- diabète
- faiblesse immunitaire due à une maladie ou à un traitement
- maladies cardiovasculaires
- cancer

Outre les mesures et recommandations officielles de la Confédération, les personnes vulnérables doivent veiller à rester le plus possible chez elles et à limiter les contacts avec les personnes extérieures.

À la longue, cela peut devenir très ennuyeux...



En groupe, composez un programme avec des occupations possibles que l'on peut faire seul chez soi pour passer le temps.

On cherche des activités aussi originales, judicieuses et divertissantes que possible!



Nouveau coronavirus

Documents de travail



Pour prévenir les maladies, il vaut la peine de vivre sainement.

Que fais-tu pour ta santé?

Fais-tu certaines choses qui ne sont pas vraiment saines?

Ce que je fais pour ma santé 😊	Ce qui n'est pas sain ☹️



Une sélection de conseils de loisirs se trouvent sur la page d'accueil de la ligue pulmonaire suisse:

<https://www.liguepulmonaire.ch/fr/specials/coronavirus/trucs-astuces.html>



Le savais-tu?

Fumer augmente de manière générale le risque de maladie des voies respiratoires. Comme le COVID-19 est aussi une maladie des voies respiratoires, une évolution grave n'est pas exclue pour les fumeurs.