



Protégez-vous et protégez les autres contre la COVID-19 en :

- Vous lavant régulièrement les mains
- Portant un masque de protection du visage
- Gardant une distance de sécurité avec les autres.

Les principaux symptômes du coronavirus sont les suivants:

- Une température élevée cela signifie que vous avez chaud au toucher sur votre poitrine ou votre dos
- Une nouvelle toux continue cela signifie qu'il faut tousser beaucoup pendant plus d'une heure ou trois épisodes de toux ou plus en 24 heures
- Une perte ou une modification de votre odorat ou de votre goût.

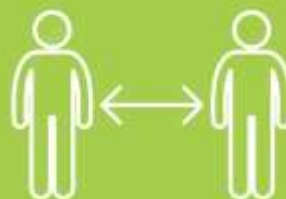
Si vous présentez un ou plusieurs de ces symptômes, veuillez appeler le NHS au 111.



Lavage des mains



Protection faciale



Distanciation sociale

**Si vous avez des
symptômes
faites vous
tester**



Avez vous besoin d'aide pour vous procurer de la nourriture ou des médicaments ou pour vous rendre à votre rendez vous de vaccination ?

La ligne d'assistance téléphonique et de soutien pour le coronavirus du Hampshire fournit des conseils et de l'aide de 9h à 17h, du lundi au vendredi.

Vous pouvez contacter la ligne d'assistance téléphonique au 0333 370 4000 et quelqu'un pourra vous conseiller ou transmettre votre demande d'aide au centre communautaire local.

La plupart des demandes seront transmises à Basingstoke Voluntary Action pour organiser le soutien local d'un centre communautaire, par exemple la livraison de nourriture.



Lavage des mains



Protection faciale



Distanciation sociale

**Si vous avez des
symptômes
faites vous
tester**