



Afdeling Publieke Gezondheid - Bonaire

Beste meneer, mevrouw,

U krijgt deze brief omdat u het Corona-virus heeft.
Lees deze brief goed door, hierin staat belangrijke informatie.

U moet thuis blijven omdat u besmettelijk kunt zijn voor anderen. Alle mensen die bij u in huis wonen moeten ook thuis blijven.

Zij zijn misschien door u besmet met het Corona-virus. Zo kan het virus niet verder verspreiden.

In deze brief staan regels waaraan u zich moet houden. Het kan soms best moeilijk zijn. En het heeft invloed op uw gewone leven. Maar het is wel belangrijk dat u de regels volgt.

Vergeet niet om uw huisarts op dag 1 en verzekeringsarts dag 3 te informeren dat u in isolatie zit. De verzekeringsarts is te bereiken op +599 7810391 (WhatsApp).

Regels voor andere mensen die in uw huis wonen.

Alle mensen die bij u in huis wonen, moeten thuis blijven. Zij krijgen een andere brief met regels. Het is belangrijk dat ze deze regels volgen. Zo kan het virus niet verder verspreiden.

Regels als u het Corona-virus heeft

Blijf thuis en ontvang geen bezoek

- U mag niet naar buiten, naar school, de winkel of naar het werk.
- U mag wel in uw tuin of op uw balkon zitten.
- Er mag niemand bij u op bezoek komen, behalve voor medische hulp (bijvoorbeeld huisarts, GGD).
- Alleen de mensen die bij u wonen, mogen samen met u in huis zijn.



Heeft u medische hulp nodig? Ga dan niet naar de huisarts of het ziekenhuis. Bel eerst uw arts. Vertel aan de arts dat u het Corona-virus heeft.

Bel voor noodgevallen direct 911.

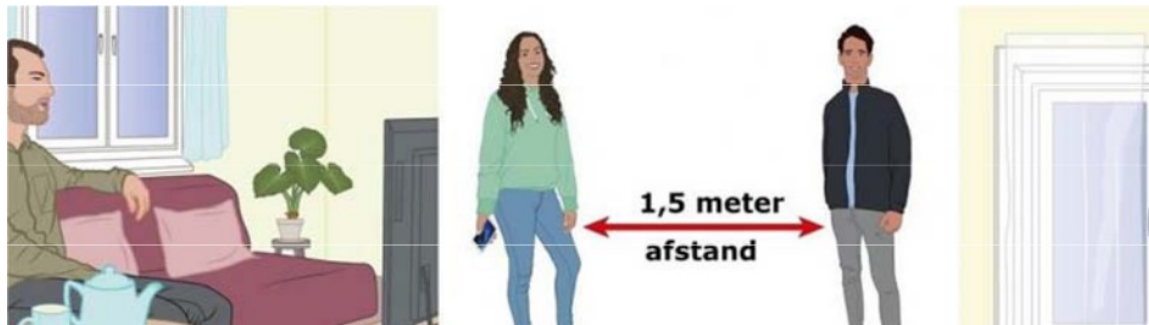
Heeft u huisartsenzorg nodig?

- Bel voor zorg die niet kan wachten tot de volgende werkdag de huisartsenpost (+599) 717 0111 (werkdagen 18.00-0.00; weekend 08.00-0.00 uur) of de Spoedeisende Hulp van het ziekenhuis Fundashon Mariadal (+599) 715 8900 (alle dagen tussen 0.00-08.00 uur).
- Bel voor zorg die wel kan wachten tot de volgende werkdag uw eigen huisarts.
- Indien u geen eigen huisarts heeft kunt u als passant bij iedere huisartspraktijk terecht (zie link hieronder).

Link naar overzicht en contactgegevens huisartsenpraktijken Bonaire:

<https://www.rijksdienstcn.com/covid-19/preventiemaatregelen/contactgegevens-huisartsen>

Hoe ga ik met de mensen om die bij mij in huis wonen?



- Blijf zoveel mogelijk in uw eigen kamer. Daar slaapt u ook en u slaapt alleen.
- De andere mensen in huis komen zo weinig mogelijk in uw kamer.
- U bent zo weinig mogelijk bij andere mensen in huis in de buurt.
- U blijft op 1,5 meter afstand van andere mensen in huis. Dus niet knuffelen, niet zoenen en geen seks.
- Gebruik uw eigen aparte bestek, borden, bekers en glazen.
- Gebruik uw eigen tandenborstel.
- Gebruik uw eigen aparte handdoeken.
- Heeft u meer badkamers en WC's in het huis? Gebruik dan een andere WC en een andere badkamer dan de mensen die bij u wonen.
- Heeft u 1 WC en 1 badkamer in huis die u deelt met anderen? Maak dan de WC en badkamer elke dag schoon met gewone schoonmaakmiddelen.
- Zet in de kamers waar u bent een paar keer per dag 30 minuten een raam open. Zo komt er frisse lucht binnen.

Hoesten en niezen in uw elleboog en handen wassen



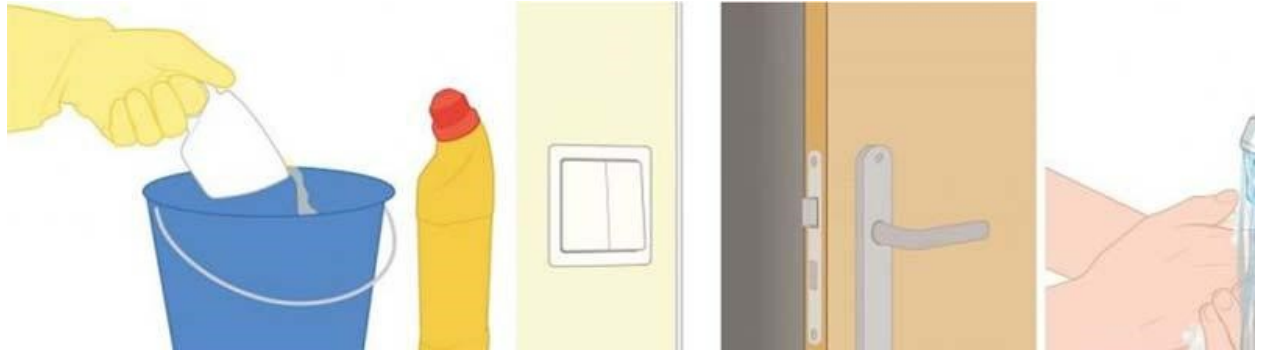
- Was regelmatig uw handen met water en zeep. Doe dit altijd:
 - na hoesten en niezen
 - nadat u op de WC bent geweest
 - na het schoonmaken en opruimen
 - voor het koken en eten.
- Gebruik voor het hoesten een papieren zakdoek.
- Heeft u geen papieren zakdoek? Hoest dan in uw elleboog.
- Gebruik een zakdoek maar 1 keer en gooi de zakdoek in de afvalbak. Was daarna uw handen.

Zorg voor een schone kamer



- Blijf zoveel mogelijk in een aparte kamer.
- Zet in de kamers waar u bent een paar keer per dag 30 minuten een raam open. Zo komt er frisse lucht binnen.
- Maak de badkamer en de WC elke dag schoon. Maak ook de kraan, lichtknoppen en deurklink schoon.
- Was daarna uw handen met water en zeep.

Zorg voor een schoon huis



- Als het kan, maak dan uw eigen kamer en badkamer schoon. De mensen bij u in huis maken de andere kamers in het huis schoon.
- Maak eerst de dingen die u veel gebruikt elke dag, zoals nachtkastjes, deurklinken en lichtknoppen schoon.
- Maak eerst met gewoon schoonmaakmiddel schoon.
- Maak daarna alles wat u veel aanraakt met uw handen met bleekwater (Clorox) schoon. Zoals de doorspoelknop van de wc, deurklinken en lichtknoppen.
Pak hiervoor een emmer met 5 liter water. Doe hier een koffiekopje bleekwater (Clorox) in.
- Doe de schoonmaakdoek daarna direct in de was.
- Was daarna uw handen met water en zeep.

Zorg voor schone spullen

- Zorg dat andere mensen uw poep, spuug, snot, zweet en plas niet aanraken.
- Gooi uw wasgoed in een aparte wasmand.
- Was indien mogelijk op 40 graden, met een heel wasprogramma en normaal wasmiddel.
- Doe uw afwas apart van de andere afwas, met afwasmiddel en heet water.
- Gooi uw afval in een aparte afvalzak in uw eigen kamer. De zak mag indien goed gesloten gewoon in de Kliko.