



vous accompagner

Covid-19 : votre vécu hier et aujourd'hui

■ Pour tout comprendre de l'épidémie :
participez aux ateliers collectifs en ligne



santé
famille
retraite
services

Des ateliers pour avoir les réponses à toutes les questions que vous posez sur la crise sanitaire que nous venons de vivre...

- quand sortir de chez moi ?
- en quoi consistent les tests ?
- embrasser ou non mes petits-enfants ?
- le masque c'est tout le temps ou seulement à certains moments ?
- que faire si je me retrouve isolé(e) ?
- où trouver des sources d'information fiables ?
- que faire si une situation est plus à risque qu'une autre ?

Pourquoi participer ?

✚ **Pour obtenir directement des informations fiables et vérifiées** à partir de sources officielles et gouvernementales*, pour mieux connaître l'épidémie, son origine et son évolution, les moyens de protection, les pistes de traitement et de vaccin....

✚ **Pour poser vos questions à un animateur qualifié et formé** sur les connaissances et avancées scientifiques de l'épidémie (publications, recherches, tests de traitement...)

✚ **Pour échanger avec d'autres personnes** sur leur vécu du (dé)confinement et le vôtre...

Comment ça se passe ?

Ce sont **des ateliers en ligne**, à réaliser à partir de chez vous avec un ordinateur ou une tablette et une bonne connexion internet (wifi ou clé 4G).



Deux modules collectifs



90 minutes chacun



Groupe de 10 personnes maximum

Le programme

Module 1 *Le confinement, pourquoi et comment ?*

- Comprendre l'évolution de l'épidémie, expliquer le confinement
- Exprimer son vécu du confinement et de la menace épidémique
- Comprendre les modes de transmission du Covid-19 et les moyens de protection sur le plan individuel et collectif

Module 2 *La vie d'après*

- S'approprier des connaissances sur la maladie, pour mieux mesurer les facteurs de risque, en fonction de la situation
- Concilier choix individuels et santé collective, pour trouver ses propres réponses aux sollicitations de la vie de tous les jours (événements familiaux, sociaux ou amicaux, contraintes personnelles...)

Cet atelier va vous aider à mieux vivre cette situation. Il va vous permettre d'y voir plus clair et de faire des choix plus appropriés face à l'épidémie et son évolution.

Pour participer aux ateliers Covid-19, inscrivez-vous sur le site de votre MSA.

Acteur majeur de la santé publique sur les territoires ruraux, la MSA s'engage pour ses adhérents en leur proposant des actions innovantes d'éducation à la santé, une offre au plus près de leurs besoins pour renforcer leur capacité d'agir sur leur santé.

Ref. :12156 - 06/2020 - Crédit photo : fabrycs / Peter Muller - Getty/Images - CCMSA