

INFORMATION

# CORONAVIRUS COVID-19



Vous habitez en **Île-de-France**,  
vous êtes **en confinement** à votre domicile  
en raison du **COVID-19** ?



L'Agence Régionale de Santé (ARS),  
en lien avec le Ministère de la Santé,  
met à votre disposition un outil de suivi à distance :



Un service public gratuit en Île-de-France.

# Pour bénéficier du suivi à distance Terr-eSanté :



- ▶ **1** Vous devez **appeler la cellule régionale (7j/7 - 8h-22h)** au 01 83 62 31 31 ou 01 83 76 30 26 .  
Ou **envoyer un email** à [support.patient@terr-esante.fr](mailto:support.patient@terr-esante.fr)
- ▶ **2** **Votre dossier sera créé** sur la plateforme régionale Terr-eSanté.
- ▶ **3** **Sur web ou mobile, vous pourrez ensuite renseigner vos critères de surveillance.** Le médecin en charge du suivi pourra ainsi suivre l'évolution de ces critères et adapter votre prise en charge.



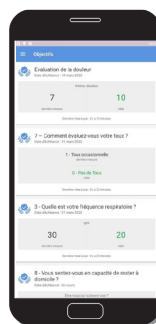
## POUR RENSEIGNER SON SUIVI SUR LE WEB

1. Aller sur [www.terr-esante.fr/patients](http://www.terr-esante.fr/patients),
2. Se connecter avec son identifiant et mot de passe,
3. Se diriger dans « *Ma santé* » puis l'onglet « *Mes objectifs* »,
4. Compléter les critères de suivi en cliquant sur « *Mettre à jour l'évolution* ».

Objectifs	Unité	Valeur	Unité	Valeur
1. Quelle est votre température ?	°C	39	°C	37
2. Quelle est votre fréquence cardiaque ?	battements/min	100	battements/min	90
3. Quelle est votre fréquence respiratoire ?	par minute	15	par minute	12
4. Avez-vous des symptômes ?		<input checked="" type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>

## POUR RENSEIGNER SON SUIVI SUR L'APPLI MOBILE

1. Télécharger l'application Terr-eSanté,
2. Cliquer sur le menu « *Objectifs* » afin d'indiquer votre suivi,
3. Remplir les critères.



TerreSanté  
GCS SESAN - Médecine  
PECS 3  
Cette application est compatible avec vos appareils.



- Pour savoir :
- Comment mesurer votre température,
  - Votre fréquence cardiaque,
  - Votre fréquence respiratoire
  - Les conseils des gestes barrières,
- rendez-vous sur :

<https://www.iledefrance.ars.sante.fr/coronavirus-covid-19>



### Coronavirus Covid-19

Toute l'information à jour : [gouvernement.fr/info-coronavirus](http://gouvernement.fr/info-coronavirus)

Pour toutes vos questions : N° vert 0800 130 000 (appel gratuit)

**En cas d'aggravation de votre état de santé, composez le 15.**