

Avez-vous de la famille ou des amis qui résident dans des pays concernés par des cas d'Ébola ?

Voici comment vous pouvez aider.

Partout à travers le monde, des personnes sont inquiètes à cause d'Ébola et cherchent des façons d'apporter leur aide. Pour vous, cette épidémie comporte un caractère personnel. Vous avez des informations de première main par vos amis et parents qui vous tiennent au courant de ce qui se passe au sein de leurs communautés. Vous trouverez ci-après quelques-unes des meilleures façons d'apporter votre aide.

Points essentiels

- Si vous voulez aider en partant à l'étranger, joignez-vous à un organisme humanitaire pour avoir du soutien. Les organismes humanitaires peuvent vous fournir une formation et un équipement adéquats afin que vous puissiez apporter votre aide en toute sécurité au cours de la réponse. Consultez les guides [Conseils destinés au personnel humanitaire](#) du Centre pour le contrôle et la prévention des maladies (Center for Disease Control and Prevention, CDC) et aux [Volontaires médicaux de l'USAID](#).
- Vous pouvez aider utilement votre famille et vos amis en Afrique de l'Ouest de bien des manières alors que demeurez aux États-Unis.
 - Restez en contact par téléphone et par courrier électronique pour renforcer les messages de santé importants et dissiper les mythes et les rumeurs.
 - Partagez les informations sur la manière de prévenir Ébola et l'importance d'obtenir de l'aide PRÉCOCEMENT si les personnes tombent malades.
 - Joignez-vous à des organismes locaux aux États-Unis pour lever des fonds et contribuer en envoyant du matériel pédagogique, de l'équipement, des fournitures et de la nourriture.
 - Renseignez les gens aux États-Unis sur les efforts menés à l'étranger pour mettre fin à l'épidémie d'Ébola.
 - Aidez à prévenir la stigmatisation à laquelle sont souvent confrontés les voyageurs en provenance de pays d'Afrique de l'Ouest victimes de l'épidémie d'Ébola.

Voyager à l'étranger avec un organisme d'aide humanitaire

À moins de partir avec un organisme d'aide humanitaire, le CDC décourage fortement de voyager vers des pays où [l'épidémie d'Ébola sévit](#). Même si vous ne prévoyez pas d'entrer en contact avec des personnes malades atteintes d'Ébola, un voyage à destination de ces pays peut vous placer à risque et peut entraver les efforts de l'aide humanitaire.

Par exemple, si vous êtes blessé(e) dans un accident de voiture, il pourra être difficile d'avoir accès à des soins médicaux, et votre prise en charge pourra alourdir un système de soins de santé déjà surchargé à cause des patients atteints d'Ébola.

Les organismes humanitaires peuvent vous fournir une formation et un équipement adéquats afin que vous puissiez faire votre travail en toute sécurité au cours de la réponse. Si vous vous joignez à un organisme d'aide humanitaire et voyagez à l'étranger pour contribuer à la réponse contre Ébola, lisez le guide [Conseils destinés au personnel humanitaire du CDC](#). Si vous êtes un professionnel médical et souhaitez vous porter volontaire pour assister les personnes affectées par Ébola, vous trouverez davantage d'information sur la façon de vous porter volontaire dans le guide [Volontaires médicaux de l'USAID](#).

Comment aider en tant qu'Africain de l'Ouest résidant aux États-Unis

Devenir un porte-parole de confiance pour faire passer des messages clairs et précis

Devenez un porte-parole de confiance pour soutenir votre famille et vos amis. Apprenez comment Ébola se transmet et comment les personnes peuvent se protéger au mieux. Le CDC met à votre disposition des [ressources](#) en ligne qui peuvent vous aider et aider votre famille à en apprendre davantage à propos d'Ébola.

Communiquer des informations exactes

Vous pouvez faire la différence. En partageant des informations exactes à propos d'Ébola, vous pouvez aider vos amis et votre famille ici et en Afrique de l'Ouest à apprendre comment éviter de tomber malade et ce qu'ils doivent faire s'ils tombent malades. Ils peuvent également partager ces informations avec leurs familles et leurs proches.

- Ne mangez pas de la viande de brousse.
- Ne touchez pas le sang et les liquides corporels (tels que l'urine, la salive, la sueur, les selles, le vomi, le lait maternel et le sperme).
- Ne touchez pas une personne malade qui pourrait être ou est atteinte d'Ébola.
- Ne touchez pas, ne lavez pas, n'habiliez pas et ne vous allongez pas auprès du corps de personnes décédées durant les rituels des funérailles.
- Consultez immédiatement un médecin dès les premiers signes de maladie.

Aider les groupes à but non lucratif ou les organismes caritatifs.

Travaillez au sein de votre communauté pour lever des fonds de secours et envoyer du matériel pédagogique, de l'équipement, des fournitures et de la nourriture. Vous pouvez contribuer davantage en groupe qu'en agissant individuellement. Coordonnez-vous pour avoir un impact plus important.

Éduquer pour prévenir la stigmatisation

Les Africains de l'Ouest peuvent être confrontés à une stigmatisation durant l'épidémie d'Ébola. La stigmatisation consiste en des stéréotypes négatifs et de la discrimination envers un groupe de personnes, un lieu ou une nation. La stigmatisation peut se produire lorsque des personnes associent une maladie (telle qu'Ébola) à un groupe de personnes spécifique, même si personne dans ce groupe ou de cette région n'est spécifiquement à risque de contracter la maladie. Vous pouvez aider à prévenir la stigmatisation pendant l'épidémie. Éduquez les autres en leur parlant de votre pays et de votre culture d'origine. Enseignez en quoi consiste Ébola dans les écoles, les organisations civiques et sociales et les entreprises aux États-Unis, afin de prévenir la stigmatisation.

Sujets utiles à partager

- Géographie : Où se trouve votre pays d'origine ? À quoi ressemble-t-il ?
- Culture : Qu'est-ce qui rend votre pays d'origine unique ? Quels sont les types de célébrations, rituels ou autres pratiques particuliers qui sont pratiqués ? À quoi ressemble une journée type là-bas ?
Qu'est-ce qui vous rend fier(ière) à propos de votre pays ?
 - Nourriture : Quels sont les légumes et les plats favoris ?
 - Musique : Montrez des instruments et faites écouter des enregistrements de morceaux de musique ; enseignez des danses.
 - Art : Faites découvrir des productions artistiques et artisanales.
 - Vêtements : Montrez des vêtements traditionnels et la façon de les porter.
- Impact : Comment Ébola a changé votre pays
 - Le visage d'Ébola : Quelles leçons les membres de votre famille tirent-ils durant leur combat contre Ébola ? Que fait le gouvernement pour protéger les gens ? Quel est le rôle du personnel de l'aide humanitaire ?
 - Aux États-Unis : Comment les Africains de l'Ouest sont-ils stigmatisés à cause d'Ébola ?
Soulignez le fait que les personnes originaires d'Afrique de l'Ouest vivant aux États-Unis ne sont pas à plus haut risque que les Américains si elles n'ont pas récemment voyagé en Afrique de l'Ouest, et qu'une personne qui ne présente aucun symptôme d'Ébola ne peut pas transmettre la maladie.

Autres ressources et informations

Accédez aux ressources et informations du CDC pour en apprendre davantage sur Ebola et partagez-les avec vos proches.

[Informations pour les Africains de l'Ouest résidant aux États-Unis](#)

[Informations sur Ebola](#)

[Avertissement destiné aux voyageurs : Ebola au Liberia](#)

[Avertissement destiné aux voyageurs : Ebola en Guinée](#)

[Avertissement destiné aux voyageurs : Ebola en Sierra Leone](#)

[Épidémie d'Ebola : Conseils destinés au personnel humanitaire](#)

[Fiche d'information sur la viande de brousse et Ebola](#)