

COVID-19 DEUXIÈME EPISODE :
DES COMPORTEMENTS À ADOPTER ET UNE HYGIÈNE À RESPECTER POUR UN TEMPS INDÉTERMINÉ
SUIVRE SCRUPULEUSEMENT LES RECOMMANDATIONS DES AUTORITÉS

EN CAS DE SUSPICION DE LA MALADIE : CONTACTEZ IMMÉDIATEMENT VOTRE MÉDECIN TRAITANT.

LE PORT DU MASQUE :

Les masques s'ajustent en pinçant la barrette nasale sur son nez et il va recouvrir votre visage jusqu'au menton. **Il est impératif de bien laver vos mains avant d'ajuster votre masque.**

On enlève son masque de l'arrière vers l'avant, en utilisant les élastiques. **On ne doit en aucun cas toucher la partie avant du masque, qui de fait est potentiellement contaminée.**

IMPORTANT :

Les masques en tissus n'ont aucune efficacité.

Les masques chirurgicaux-R ne doivent pas être réutilisés. Leur efficacité est de 4h.

La transmission du virus se fait essentiellement par les mains, **il est donc impératif d'ajuster parfaitement son masque lors de sa mise en place et de ne plus y toucher.**

Il est établi que le virus peut passer les mailles des masques chirurgicaux-R. Néanmoins l'effet barrière fonctionne. **Par contre cet effet barrière diminue sensiblement si l'on manipule notre masque. Trop de personnes les portent au-dessous du nez, sur le menton ou bien sous le menton et les ajustent en permanence. Cela va contribuer à vous contaminer.**

LES MASQUES FFP2 SONT PLUS PROTECTEURS et PLUS LONGTEMPS.

SE LAVER LES MAINS RÉGULIÈREMENT :

LES GANTS ? MAL UTILISÉS ILS CONTAMINERONT DAVANTAGES : IL EST PRÉFÉRABLE DE SE LAVER LES MAINS RÉGULIÈREMENT.

LA SOLUTION HYDROALCOOLIQUE est efficace sur des mains propres non souillées.

GARDEZ UNE DISTANCE DE 1M50 AVEC VOS VOISINS IMMÉDIATS

ETERNUEZ LA TÊTE DANS LE COUDE ET FACE CONTRE TERRE

IL EST AVÉRÉ AUJOURD'HUI QUE NOTRE CADRE FAMILIAL EST UN LIEU OÙ L'ON SE CONTAMINE.

- NETTOYAGE DES SURFACES : UTILISER UN DÉTERGENT ET UN DÉSINFECTANT.

-CONCERNANT LE NETTOYAGE DES SURFACES IL FAUT PRIVILÉGIER UN SUPPORT JETABLE.

-LES MOUCHOIRS JETABLES ET LES PAPIERS USAGÉS SERONT JETÉS DANS UNE POUCELLE PRÉVUE A CET EFFET.

-LE LINGE DOIT ÊTRE LAVÉ EN MACHINE.

-LA VAISSELLE DOIT ÊTRE LAVÉE EN MACHINE **AVANT DE LA RANGER VOUS DEVEZ VOUS LAVER LES MAINS**

-CONTINUER DE NETTOYER RÉGULIÈREMENT LES POIGNETS DES PORTES ET FENÊTRES.

-DESINFECTION DES TÉLÉPHONES, ORDINATEURS ET COMMANDES DE TÉLÉVISION

-RESTEZ TRES VIGILANTS AVEC LES PERSONNES AGÉES OU FRAGILES.

AÉRER SOUVENT VOS LIEUX DE VIE.

AU DEHORS : LES COMPORTEMENTS A ADOPTER SONT AUJOURD'HUI BIEN CONNUS, **ENCORE FAUT-IL LES RESPECTER !**

-DANS LES COMMERCES :

-MASQUE OBLIGATOIRE.

-LES CONSIGNES EDICTÉES PAR LE COMMERÇANT SONT À RESPECTER SCRUPULEUSEMENT.

-LE PAIEMENT PAR CARTE BANCAIRE EST À PRIVILÉGIER.

DE RETOUR A LA MAISON :

-UTILISER VOS CLEFS POUR ENTRER DANS VOTRE IMMEUBLE ET VOTRE APPARTEMENT, POUR APPELLER L'ASCENSSEUR OU ACTIONNER LA TOUCHE DE VOTRE ETAGE (CELA EST BIEN MIEUX QUE DE SE SERVIR DE VOS DOIGTS EN PERMANENCE).

-N'OUBLIEZ PAS UNE SEULE PERSONNE DOIT OCCUPER L'ASCENSSEUR !

-UNE RÈGLE D'HYGIÈNE TRÈS UTILISÉE AUTREFOIS : PRÉFÉREZ VOS CHAUSSONS AUX CHAUSSURES DE VILLE CHEZ VOUS.

-LES CLEFS ET LA CARTE BANCAIRE SERONT DÉSINFECTÉES. UTILISEZ UN SEUL ET MÊME PORTE MONNAIE POUR VOS ESPÈCES.