

# PROCEDURE EN RENTRANT CHEZ SOI

## LES GESTES CONTRE LE COVID-19

- 

De retour à la maison, ne rien toucher
- 

Enlever ses chaussures
- 

Désinfecter les pattes de votre animal domestique, s'il était dehors
- 

Enlever ses vêtements de la journée et les mettre à laver.
- 

Laisser son portefeuille, sac à dos, clés dans un carton à l'entrée
- 

Se laver les mains, ou mieux se doucher
- 

Désinfecter son téléphone, ses lunettes avec de l'eau et du savon ou de l'alcool
- 

Désinfecter les choses ramenées de l'extérieur
- 

Enlever ses gants et se laver les mains
- 

Une désinfection totale n'est pas possible. L'objectif est de diminuer le risque

# PROCEDURE EN VIVANT AVEC UNE PERSONNE A RISQUE

## LES GESTES CONTRE LE COVID-19

- 

Dormir dans deux lits séparés
- 

Utiliser des salles de bains différentes
- 

Ne pas partager serviettes, verres et couverts
- 

Désinfecter tous les jours les zones de contact
- 

Laver le linge de maison fréquemment
- 

Maintenir une distance
- 

Ventiler les habitations
- 

Appeler si plus de 38 degrés et des difficultés pour respirer
- 

Ne pas rompre la quarantaine avant deux semaines. Si vous sortez, reprendre la procédure.

# PROCEDURE POUR SORTIR

## LES GESTES CONTRE LE COVID-19

- 

Mettre un pull à manches longues
- 

S'attacher les cheveux, pas de bagues ni boucles d'oreilles
- 

Si vous avez un masque, le mettre juste avant de sortir
- 

Eviter les transports en commun
- 

Dehors, éviter le contact avec des surfaces extérieures
- 

Avoir des mouchoirs pour toucher des superficies à l'extérieur
- 

Jeter le mouchoir dans une poubelle fermée
- 

Tousser dans son coude
- 

Payer avec une carte bancaire
- 

Se laver les mains après avoir touché une surface. Ou gel désinfectant
- 

Ne pas toucher son visage avant de se laver les mains.
- 

Respecter une distance avec les gens