



CONSEILS : ENTRÉE DANS LA MAISON

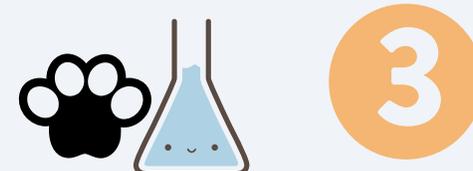
POUR SE PROTÉGER CONTRE LE COVID-19



1
Lorsque vous rentrez chez vous, essayez de ne rien toucher.



2
Enlevez vos chaussures.



3
Désinfectez les pattes de votre animal s'il est sorti.



4
Enlevez vos vêtements d'extérieur et mettez-les dans un sac à linge (Lavage recommandé à plus de 60 °)



5
Laissez le sac, le portefeuille, les clés, etc. dans une boîte à l'entrée



6
Prenez une douche. Si vous ne pouvez pas, lavez bien toutes les zones exposées (mains, poignets, visage, cou, etc)



7
Lavez votre téléphone et vos lunettes avec du savon et de l'eau ou de l'alcool.

20ml eau de Javel diluée dans 1 litre d'eau



8
Nettoyez les surfaces des objets que vous avez sortis dehors de la maison avec de l'eau de javel avant de les ranger.

(Préparez l'eau de Javel, 20 ml par litre d'eau- N'oubliez pas de porter des gants)



9
Retirez soigneusement vos gants, jetez-les et lavez vos mains.



N'oubliez pas qu'il n'est pas possible d'effectuer une désinfection totale, l'objectif est de réduire les risques.



CONSEILS : CO-HABITATION AVEC DES PERSONNES A RISQUE

POUR SE PROTÉGER CONTRE LE COVID-19



1
Dormez dans un lit séparé (dans la mesure du possible).



2
Utilisez des toilettes différentes, si possible, ou désinfectez-les avec de l'eau de Javel.

(Préparez l'eau de Javel, 20 ml par litre d'eau- N'oubliez pas de porter des gants)



3
Ne partagez pas les serviettes, couverts, verres, etc.

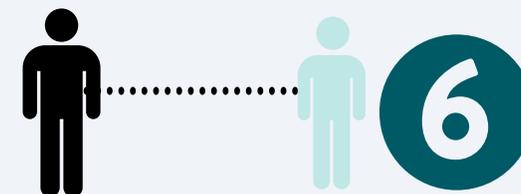


4
Nettoyez et désinfectez quotidiennement les surfaces souvent utilisées (interrupteurs, tables, dossiers de siège, poignées de porte, etc.)

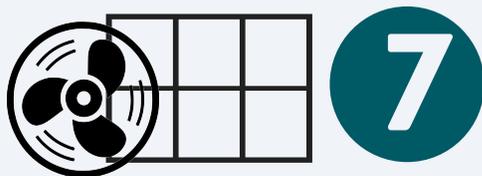


5
Lavez les vêtements, les draps et serviettes très fréquemment.

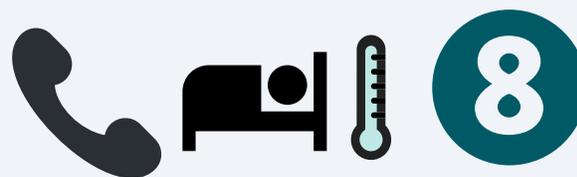
Température à partir de 60°



6
Gardez vos distances, dormez dans des pièces séparées (dans la mesure du possible).



7
Aérez souvent les pièces.



8
Appelez le 190 et les autres numéros dédiés si la personne a plus de 37.8°C de fièvre ou des difficultés respiratoires, ou d'autres symptômes comme myalgies, mal de gorge, conjonctivite, toux sèche...



9
N'arrêtez pas la quarantaine pendant 2 semaines. Chaque sortie de la maison est un grave danger pour les autres.



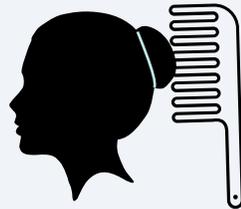
CONSEILS : SORTIE DE LA MAISON

POUR SE PROTÉGER CONTRE LE COVID-19



1

Lorsque vous sortez, portez une veste à manches longues.



2

Attachez vos cheveux, ne portez pas de boucles d'oreilles, de bracelets, de bagues, ou de montre (Vous toucherez moins votre visage).



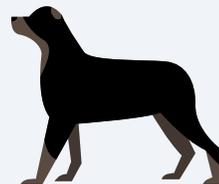
3

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



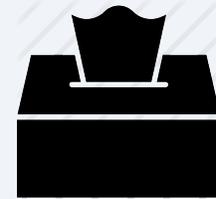
4

Essayez de ne pas utiliser les transports en commun.



5

Si vous sortez avec votre animal de compagnie, essayez de ne pas le faire trotter sur les surfaces extérieures.



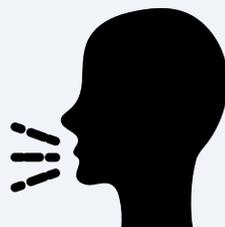
6

Utilisez des lingettes jetables, utilisez-les pour couvrir vos doigts lorsque vous touchez les surfaces.



7

Froissez le mouchoir et jetez-le dans une poubelle fermée.



8

Si vous tousssez ou éternuez, faites-le sur votre coude, pas sur vos mains ou en l'air.



9

Essayez de ne pas payer en espèces. Si vous utilisez de la monnaie, désinfectez vos mains après.



10

Lavez-vous les mains après avoir touché des objets et des surfaces et emportez avec vous un gel désinfectant.



11

Ne touchez pas votre visage avant d'avoir les mains propres.



12

Gardez vos distances avec les gens.