

Conduites à suivre

# Situations justifiant un déplacement

Tout ce qu'il faut savoir en bref !



Déplacements entre mon domicile et mon lieu de travail.



Déplacements pour effectuer des achats de première nécessité !



Déplacements pour des soins urgents ou programmés, ou répondant à une convocation du médecin



Déplacements pour motif familial impératif.  
(Assistance aux personnes vulnérables ou à la garde d'enfants)



Déplacements liés à l'activité physique, **SEUL, pendant 1h et maximum à 1 km de mon domicile !** et aux besoins des animaux de compagnie.

Tous ces déplacements doivent être **brefs** et à proximité du domicile.

**Lors de chaque sortie, vous devez avoir sur vous :**

- Une attestation du gouvernement (**ICI !**) à renouveler chaque jour que vous sortez, imprimée ou recopiée sur du papier. Bien dater et noter l'heure de sortie.  
**Les attestations sur le téléphone sont valables avec cette application **ICI****
- Votre pièce d'identité (carte d'identité ou passeport)



Si vous vous rendez sur votre lieu de travail par obligation, une attestation permanente ou non doit vous être remise par votre employeur.

# Consignes sanitaires et population à risque

Tout savoir et l'appliquer !

Des gestes simples à appliquer pour soi-même et les autres :



Se laver les mains très régulièrement ([Comment bien faire, ICI](#))



Tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir



Saluer sans se serrer la main, éviter les embrassades



Utiliser des mouchoirs à usage unique et les jeter

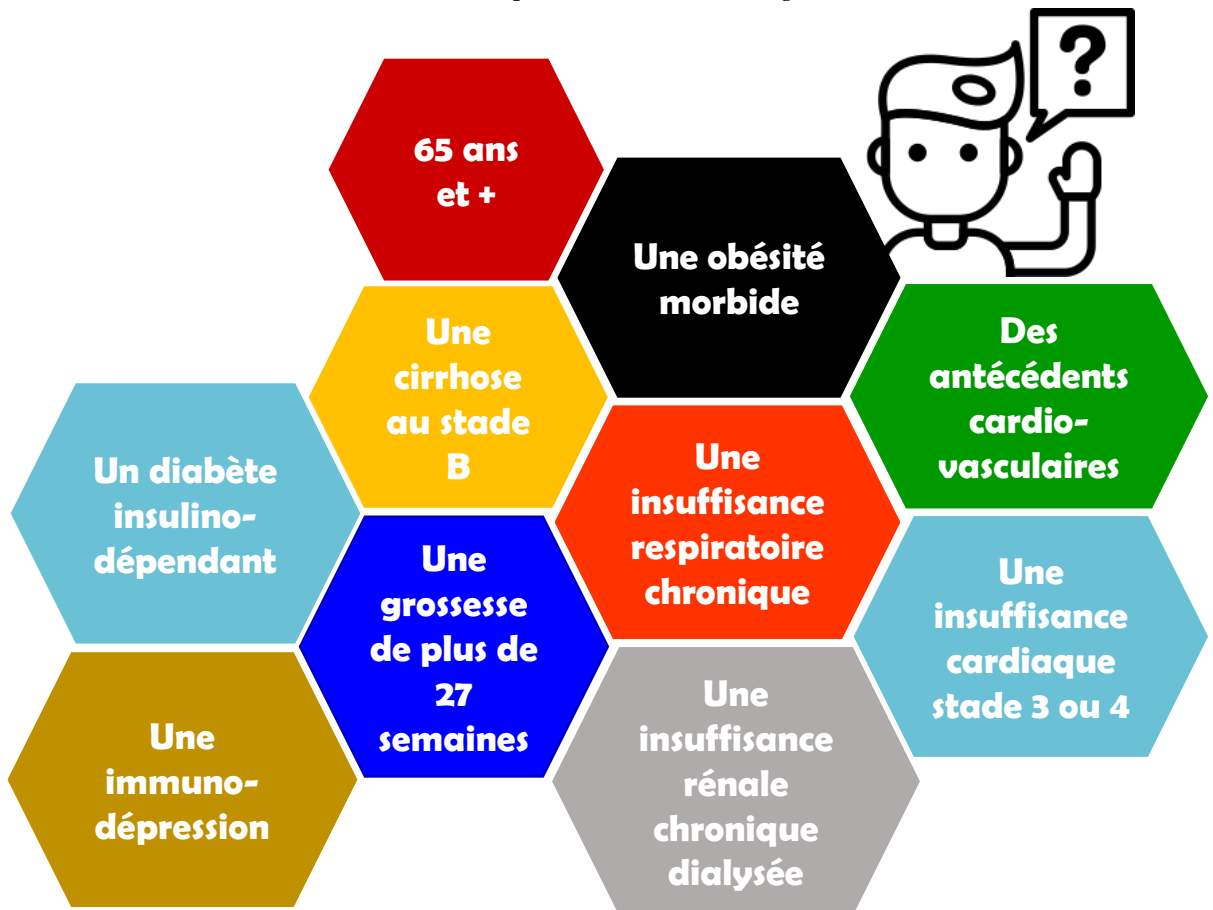


Eviter les rassemblements, limiter les déplacements et les contacts



Appliquer une distance d'un mètre avec les autres

Je suis considéré comme une personne « à risque » si j'ai...



# Quels comportements adopter pour se protéger et protéger les autres

Tout savoir et l'appliquer !

## Dois-je porter un masque ?



**Non** recommandé sans présence de symptômes

Pour les professionnels, le masque est préconisé en contact rapproché et prolongé avec un malade

## Les gants sont-ils utiles ?



**Non.** Les gants peuvent également servir de support au virus après contact par des gouttelettes quand on tousse, éternue, ou discute

Pour les professionnels, le port des gants est conseillé lors de la réalisation de prélèvements ou de gestes à risque)

## Faut-il désinfecter les surfaces ?



**Oui.** Les produits de nettoyage et désinfectants sont efficaces contre le Coronavirus. En plus du nettoyage régulier, les surfaces qui sont fréquemment touchées avec les mains doivent être nettoyées et désinfectées deux fois par jour (poignées de porte, boutons d'ascenseur, interrupteurs d'éclairage, poignées de toilettes, comptoirs, rambardes, des surfaces d'écran tactile et des claviers)



**Cela n'empêche pas les gestes barrières (se laver fréquemment les mains, tousser dans son coude, utiliser des mouchoirs à usage unique et les jeter après utilisation) et respecter les 1 mètre minimum entre chacun.**



Si j'ai des symptômes (**toux, fièvre, essoufflements, maux de tête**) qui me font penser au Coronavirus :



Je reste à domicile



J'évite les contacts



J'appelle un médecin avant de me rendre à son cabinet



**J'appelle le SAMU (15) et je me rends à l'hôpital en cas de forte fièvre et de difficulté à respirer ou d'essoufflements importants. Car je peux contaminer ou me contaminer !**



Je peux également utiliser la téléconsultation