

# CORONAVIRUS

Ce qu'il faut savoir ?

LES  
INFORMATIONS  
UTILLES



0 800 130 000 (appel gratuit)

[gouvernement.fr/info-coronavirus](https://gouvernement.fr/info-coronavirus)

## COMMENT SE PROTÉGER ET PROTÉGER LES AUTRES ?



Lavez-vous très  
régulièrement les mains



Toussez ou éternuez  
dans votre coude ou  
dans un mouchoir



Utilisez un mouchoir  
à usage unique et jetez-le

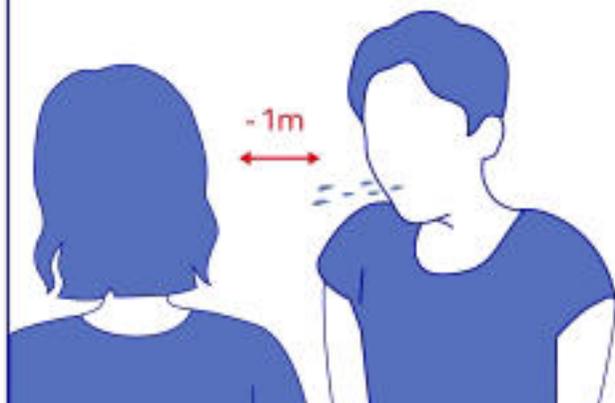


Saluez sans se serrer la main,  
évités les embrassades

## COMMENT SE TRANSMET LE CORONAVIRUS ? (09/03/2020)

• Par la projection  
de gouttelettes

• Face à face pendant  
au moins 15 minutes



## QUELS SONT LES SIGNES ?

Fièvre

Fatigue

Toux et  
maux de gorge

Gêne  
respiratoire

Maux de tête

Courbatures

## PLAN DE PRÉVENTION ET DE GESTION DES RISQUES

### STADE 1

Cas importés sur le territoire

→ Objectif

Freiner l'introduction du virus

### STADE 2

Existence de cas groupés sur le  
territoire français

→ Objectif

Limitier la propagation du virus

### STADE 3

Le virus circule sur tout le territoire

→ Objectif

Limitier les conséquences de la  
circulation du virus

### STADE 4

Accompagnement du  
retour à la normale

**COVID-19**

# **CORONAVIRUS, POUR SE PROTÉGER ET PROTÉGER LES AUTRES**



**Se laver  
très régulièrement  
les mains**



**Tousser ou éternuer  
dans son coude  
ou dans un mouchoir**



**Utiliser un mouchoir  
à usage unique  
et le jeter**



**Saluer  
sans se serrer la main,  
éviter les embrassades**

**Vous avez des questions sur le coronavirus ?**



**[GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS](https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus)**



**0 800 130 000**  
(appel gratuit)

## COMMENT BIEN PORTER SON MASQUE ?



**Avant de mettre ou enlever le masque, lavez-vous les mains avec de l'eau et du savon ou une solution hydro-alcoolique.**



**Pour le mettre :**

- Tenez le masque par les lanières élastiques.
- Ajustez le masque de façon à **recouvrir le nez, la bouche et le menton.**



**Pour l'enlever :**

Décrochez les lanières élastiques pour décoller le masque de votre visage.



**Il faut changer le masque :**

- Quand vous avez porté le masque 4h.
- Quand vous souhaitez boire ou manger.
- Si le masque s'humidifie.
- Si le masque est endommagé.



Évitez de le toucher et de le déplacer.



Ne le mettez jamais en position d'attente sur le front ou sur le menton.



Ne mettez pas le masque dans votre poche ou votre sac après l'avoir porté. En attendant de le laver, isolez-le dans un sac en plastique.



Attention: si vous êtes malade, ce masque n'est pas adapté. Demandez l'avis de votre médecin.



Ce masque n'est pas destiné au personnel soignant.

## COMMENT ENTREtenir SON MASQUE ?



Lavez le masque à la machine avec de la lessive. **Au moins 30 min à 60°C minimum.**



**Utiliser un sèche-ligne ou un sèche-cheveux** pour sécher votre

masque, ou encore, le faire sécher à l'air libre sur une surface désinfectée.

## **ATTENTION :** Ce masque ne remplace pas les gestes barrières.

Il ajoute une barrière physique, lorsque vous êtes en contact étroit avec d'autres personnes.



Lavez-vous très régulièrement les mains



Toussez ou éternuez dans votre coude ou dans un mouchoir



Utilisez un mouchoir à usage unique et jetez-le



Saluez sans se serrer la main, évitez les embrassades



Respecter une distance de 1 mètre

# Bien **ajuster** son **MASQUE** pour **se protéger**



**1** Repérer le haut  
(barrette nasale).



**2** Passer les élastiques  
derrière la tête, de part  
et d'autre des oreilles.



**3** Vérifier que le masque  
couvre bien le menton.



**4** Ajuster le masque  
en pinçant la barrette  
sur le nez.



**5** Tester l'étanchéité :  
couvrir le masque  
avec une feuille  
en plastique et inspirer ;  
le masque doit se plaquer  
sur le visage.



**6** Après usage,  
retirer le masque  
par les élastiques.

# Bien **ajuster** son **MASQUE** pour **se protéger**



**1** Repérer le haut  
(barrette nasale).



**2** Passer les élastiques  
derrière la tête, de part  
et d'autre des oreilles.



**3** Vérifier que le masque  
couvre bien le menton.



**4** Ajuster le masque  
en pinçant la barrette  
sur le nez.



**5** Tester l'étanchéité :  
couvrir le masque  
avec une feuille  
en plastique et inspirer ;  
le masque doit se plaquer  
sur le visage.



**6** Après usage,  
retirer le masque  
par les élastiques.

# Hygiène des mains



## par friction hydroalcoolique



**1** Déposer le produit dans le creux de la main



**2** Frotter largement paume contre paume



**3** Frotter l'un après l'autre le dos de chaque main



**4** Frotter entre les doigts



**5** Frotter le dos des doigts contre la paume de l'autre main



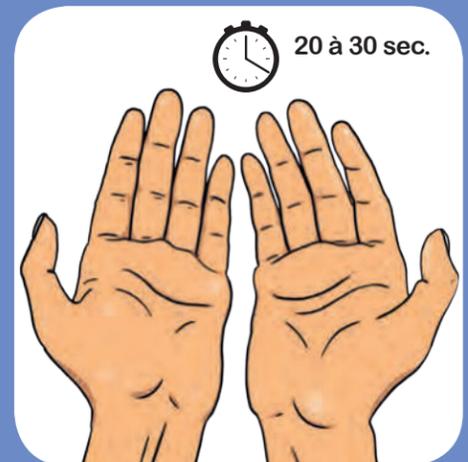
**6** Sans oublier les pouces



**7** Insister sur le bout des doigts et les ongles pour chaque main



**8** Terminer par les poignets



**9** Frotter jusqu'au séchage complet des mains. Ne pas rincer, ni essuyer

# Lavage des mains avec du savon



**1/ Mouiller abondamment**  
les mains.



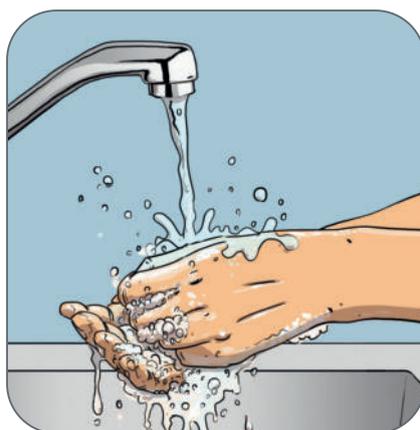
**2/ Appliquer le savon et frotter**  
paume contre paume.



**3/ Bien savonner** entre les doigts  
et sur le dos des mains.



**4/ Frotter au moins 30 secondes**  
en insistant sur le bord  
et le dos des mains,  
la paume, les pouces,  
les ongles et les poignets.



**5/ Rincer abondamment.**



**6/ Essuyer et sécher** les mains  
à l'aide d'un papier  
essuie-mains à usage unique,  
refermer le robinet  
avec le papier et le jeter.

© Franckie Alarcon



## LES BONS GESTES FACE AU CORONAVIRUS : OÙ JETER LES MASQUES, MOUCHOIRS, LINGETTES ET GANTS ?



Ces déchets doivent être jetés dans un **sac poubelle dédié, résistant et disposant d'un système de fermeture fonctionnel.**



Lorsqu'il est rempli, ce sac doit être **soigneusement refermé, puis conservé 24 heures.**



Après 24 heures, ce sac doit être jeté dans le **sac poubelle pour ordures ménagères.**



Ces déchets ne doivent **en aucun cas être mis dans la poubelle des déchets recyclables** ou poubelle «jaune» (emballages, papiers, cartons, plastiques).

Pour les professionnels de santé et les personnes infectées ou symptomatiques maintenues à domicile : suivre les recommandations du ministère des Solidarités et de la Santé pour la gestion de vos déchets.

Vous avez des questions sur le coronavirus ?



[GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS](https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus)



0 800 130 000



 **Pour être protégé,**  
apprenez à bien retirer vos gants.



**RISQUES  
CHIMIQUES  
OU BIOLOGIQUES**  
Retirer ses gants  
en toute sécurité

Gants à usage unique  
Gants à usage unique





## ► Pourquoi porter des gants ?

Pour se protéger contre des produits chimiques dangereux.  
Pour se protéger contre des agents biologiques dangereux.

## ► À ne pas oublier

- Réserver les gants à usage unique aux tâches minutieuses.
- Ne pas utiliser de gants à usage unique si les mains plongent dans un liquide. Utiliser des gants épais à longue manchette.
- Enfiler les gants sur des mains propres et sèches.
- Éviter les bijoux et les ongles longs.
- Vérifier le bon état des gants avant de les enfiler.
- Retirer les gants en cas de contact avec le produit ou s'ils sont abîmés. Les jeter puis se laver les mains.



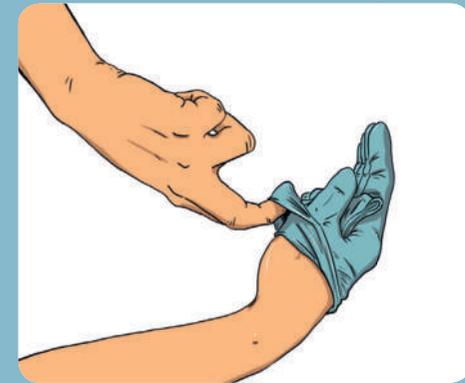
1. Pincer le gant au niveau du poignet. Éviter de toucher la peau.



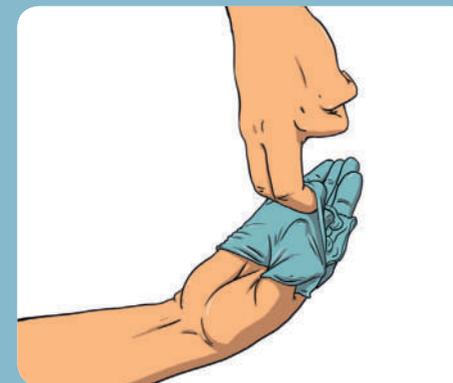
2. Retirer le gant.



3. Le garder au creux de la main gantée ou le jeter.



4. Glisser les doigts à l'intérieur du deuxième gant. Éviter de toucher l'extérieur du gant.



5. Retirer le deuxième gant.



6. Une fois les gants ôtés, les jeter. Se laver les mains.