

J'ai une autorisation de sortie de courte durée

Le coronavirus est un nouveau virus qui vient de Chine dont les principaux symptômes sont : la fièvre, la toux, les difficultés respiratoires, diarrhée, écoulement nasal, fatigue, courbatures et la perte d'odorat.

Il se transmet par : la toux, la salive, les mains, la proximité.

1. Je me protège et je protège les autres par les gestes barrières



GESTES BARRIERES

- Je me lave régulièrement les mains avec de l'eau et du savon ou une solution hydro-alcoolique
- J'utilise des mouchoirs jetables que je jette dès la première utilisation
- J'éternue et je tousse dans mon coude
- Je ne serre pas la main pour saluer
- Je ne fais pas la bise
- Je ne me touche pas le visage
- Je garde une distance d'un mètre avec les autres



(Pictogrammes : Santé Public France)

2. En pratique, durant mon autorisation de sortie :

- A l'extérieur

- o Je peux m'éloigner de 100 km maximum de mon domicile, selon la loi
- o Je porte obligatoirement un masque dans le bus, train, taxi, sous peine d'amende
- o Dans la rue, au parc, au centre commercial, **j'applique toujours les gestes barrières**

- Dans les magasins

- o Le port du masque est recommandé
- o Je limite le temps dans le magasin
- o Dans les magasins, je respecte les marquages au sol de distance sociale
- o A mon retour, je jette les emballages de mes achats, je me lave les mains puis je range mes produits frais. Les autres courses attendront quelques heures avant leur rangement.
- o Avant de consommer, je lave à l'eau mes fruits et légumes.
- o **J'applique toujours les gestes barrières**

- En famille et chez les amis

- o Je me lave les mains tout de suite en arrivant
- o Je ne fais pas de bise, ni d'embrassade, ni d'accolade
- o Je garde une distance avec les membres de ma famille et mes amis
- o Je n'utilise pas les couverts des autres (verres, serviettes,...) pendant les repas
- o Je ne retrouve pas plus de 10 personnes en même temps (famille ou amis)
- o Je protège mes parents et grands-parents de plus de 65 ans qui sont fragiles
- o **J'applique toujours les gestes barrières**

3. A mon retour au service

- Je préviens si j'ai rencontré une personne malade du coronavirus
- Je me lave les mains tout de suite en arrivant
- Je préviens si je présente des symptômes (fièvre, toux, difficultés respiratoires)

Je sauve des vies : j'applique les gestes barrières !