

COVID-19

CORONAVIRUS, POUR SE PROTÉGER ET PROTÉGER LES AUTRES



Lavez-vous
très régulièrement
les mains



Toussez ou éternuez
dans votre coude



Évitez
les poignées de main



Évitez
les embrassades



Utilisez un mouchoir
à usage unique
et jetez-le



SI VOUS PRÉSENTEZ DES SYMPTÔMES :
contactez le 15

VOUS AVEZ DES QUESTIONS
SUR LE CORONAVIRUS ?

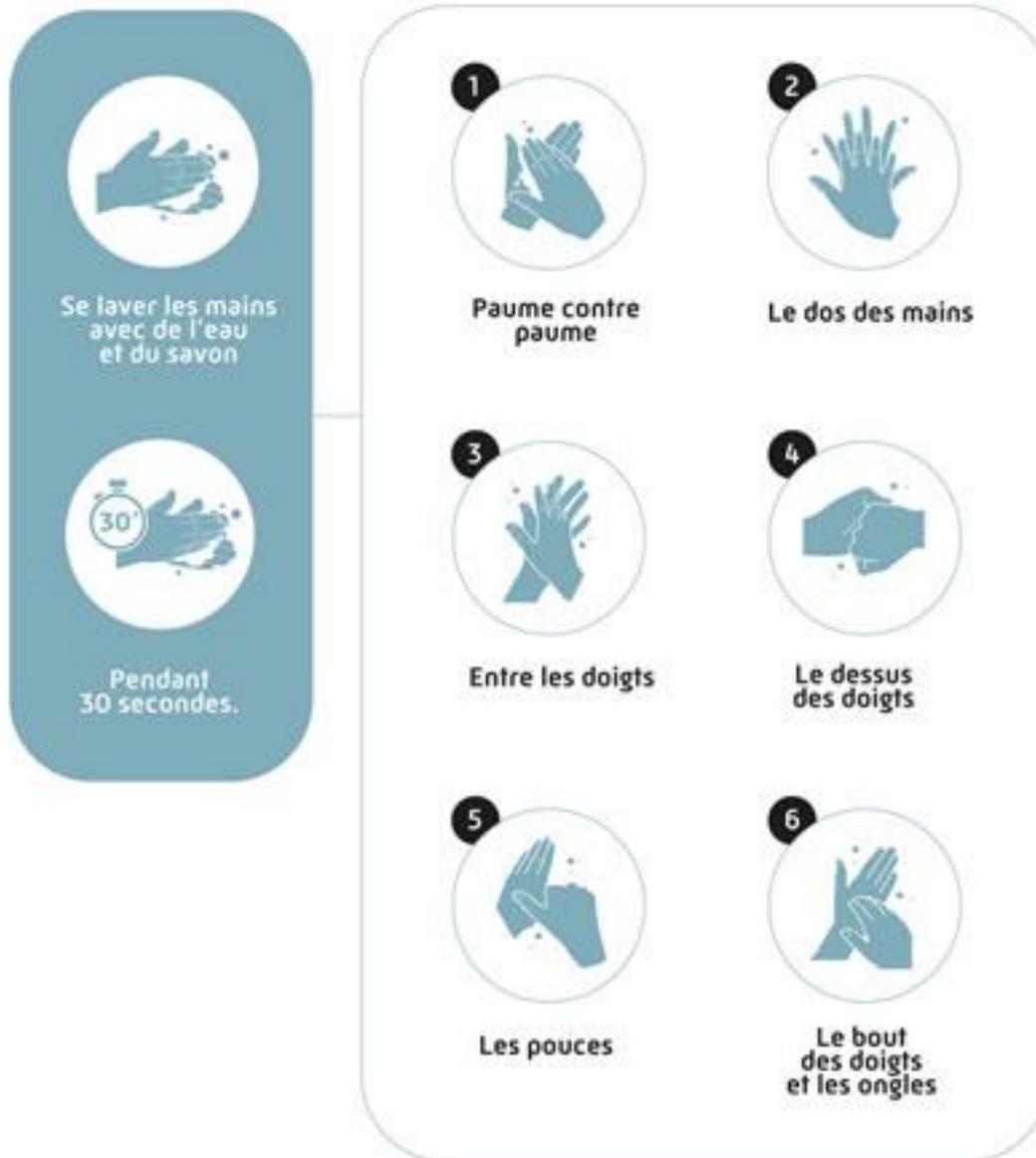
[GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS](https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus)

0 800 130 000

(appel gratuit, 24h/24, 7j/7)



Comment bien se laver les mains ?



Pour en savoir plus : <https://www.ameli.fr/assure/sante/themes/gestes-barrieres/les-4-gestes-barrieres-adopter-pour-limiter-la-transmission-des-virus-de-l'hiver>

ETABLISSEMENTS ET SERVICES DE PROTECTION DE L'ENFANCE

INFORMATIONS ET RECOMMANDATIONS SUR LE NOUVEAU CORONAVIRUS

Un nouveau coronavirus a été détecté en Chine fin décembre 2019.

Les symptômes évoquent principalement une infection respiratoire aiguë (fièvre, toux, essoufflement), mais des difficultés respiratoires et des complications pulmonaires de type pneumonie sont également décrites.

Les symptômes de la maladie peuvent apparaître jusqu'à 14 jours après un contact avec une personne malade et se manifestent par de la fièvre, de la toux ou des difficultés respiratoires.

D'après les données épidémiologiques disponibles à ce jour, ce nouveau coronavirus peut se transmettre d'homme à homme par voie respiratoire dans le cadre d'un contact rapproché et prolongé. Le virus peut survivre quelques heures voire quelques jours dans l'environnement.

ETABLISSEMENTS ET SERVICES CONCERNES

Etablissements et services mentionnés au 1°, au 4° et au 15° du I. et au III. de l'article L312-1 du code de l'action sociale et des familles.

1- RECOMMANDATIONS VIS-A-VIS DES SALARIES

Un de mes salariés revient d'une zone d'exposition à risque où le virus circule :

Que doit-il faire pendant les 14 jours suivant son retour ?

- Prévenir son employeur ;
- Respecter les mesures habituelles d'hygiène, notamment se laver fréquemment les mains avec du savon ou les désinfecter avec une solution hydro-alcoolique si pas d'eau à proximité ;
- Surveiller sa température 2 fois par jour ;
- Surveiller l'apparition de symptômes d'infection respiratoire (fièvre, toux, difficultés respiratoires) ;
- Dans la vie quotidienne, adopter des mesures de distanciation sociale :
 - Saluer sans contact
 - Eviter les contacts proches (réunions, ateliers avec les enfants, etc.) ;
- Dans la vie quotidienne, éviter tout contact avec les personnes fragiles (femmes enceintes, personnes âgées, personnes handicapées, etc.) ;

- Eviter toute sortie non indispensable (cinéma, restaurants, etc.) ;
- En cas de signes d'infection respiratoire dans les 14 jours suivant son retour : contacter le 15.

Que dois-je faire durant les 14 jours suivant le retour du salarié ?

Par rapport au salarié :

- J'essaie de réorganiser son poste de travail après analyse des risques :
 - en privilégiant le télétravail pour les postes administratifs,
 - et sinon pour les autres postes : en lui évitant les réunions, en limitant les contacts proches avec les enfants, en lui évitant le contact prolongé de proximité avec les femmes enceintes et autres personnes fragiles (personnes handicapées).

Par rapport aux autres salariés : si ces recommandations sont bien suivies, le risque pour les autres salariés et pour le public est limité, puisque seul un contact rapproché et prolongé avec des personnes présentant des symptômes pourrait les contaminer.

Un de mes salariés a déclaré la maladie (cas confirmé) : que dois-je faire ?

L'ARS aura fait la recherche des personnes au contact de l'enfant ou du parent ayant déclaré la maladie (« cas-contact ») et vous contactera.

Je procède au nettoyage des locaux : un délai de latence pour commencer le nettoyage est souhaitable, les coronavirus pouvant probablement survivre 3h sur des surfaces sèches.

- Equiper les personnes en charge du nettoyage des sols et surfaces avec port d'une blouse à usage unique, de gants de ménage (le port de masque de protection respiratoire n'est pas nécessaire du fait de l'absence d'aérosolisation par les sols et surfaces) ;
- Entretien des sols¹ : privilégier une stratégie de lavage-désinfection humide :
 - Nettoyer les sols et surfaces avec un bandeau de lavage à usage unique imprégné d'un produit détergent,
 - Rincer à l'eau du réseau d'eau potable avec un autre bandeau de lavage à usage unique,
 - Laisser sécher,
 - Désinfecter les sols et surface à l'eau de javel diluée avec un bandeau de lavage à usage unique différent des deux précédents.

¹ Avis Société française d'hygiène hospitalière en date du 7 février 2020, et relatif au traitement du linge, au nettoyage des locaux ayant hébergé un patient confirmé à nCoV et à la protection des personnels.

- Les déchets produits par la personne ayant déclaré la maladie suivent la filière d'élimination classique. Je n'ai donc pas d'actions particulières à faire sur ces déchets.

II Recommandations vis-à-vis des enfants et des mères ou femmes enceintes accueillies

Une femme enceinte, une mère ou un enfant arrive ou revient d'une zone d'exposition à risque où le virus circule :

Que doit faire la femme enceinte, la mère ou l'enfant pendant les 14 jours suivant son retour ?

- Prévenir l'établissement ;
- Respecter les mesures habituelles d'hygiène, notamment se laver fréquemment les mains avec du savon ou les désinfecter avec une solution hydro-alcoolique si pas d'eau à proximité ;
- Surveiller sa température 2 fois par jour ;
- Surveiller l'apparition de symptômes d'infection respiratoire (fièvre, toux, difficultés respiratoires) ;
- Pour les adultes et adolescents, selon leur maturité, adopter des mesures de distanciation sociale :
 - Saluer sans contact
 - Éviter les contacts proches, les embrassades.
- Éviter tout contact avec les personnes fragiles (femmes enceintes, personnes âgées, personnes handicapées, etc.) ;
- Éviter toute sortie non indispensable ;
- En cas de signes d'infection respiratoire dans les 14 jours suivant son retour : contacter le 15.

Que dois-je faire pendant les 14 jours suivant l'arrivée ou le retour de la femme enceinte, de la mère ou de l'enfant ?

Hébergement

- La personne est idéalement hébergée en chambre individuelle ;
- Si un hébergement individuel est impossible, l'application des mesures barrières (lavage des mains, éviter les contacts proches) doit être mise en place et expliquée à la personne accueillie. Une pièce éloignée des zones de vie est identifiée, qui servira à isoler la personne en attendant l'intervention d'une équipe médicale en cas de symptômes.

Activités quotidiennes, déplacements en dehors de la chambre

- Un lavage des mains est préconisé à chaque entrée et sortie de la chambre pour la personne elle-même et pour les tiers ;

- En l'absence de fièvre ou de symptômes chez la personne, il n'est pas nécessaire ni pour la personne ni pour le personnel qui l'accompagne de porter un masque ;
- Les personnes sont invitées à limiter leur vie sociale. Les repas sont pris dans la chambre, ou s'effectuent à des horaires aménagés ;
- Des activités adaptées à l'âge des enfants sont organisées en limitant le contact avec les femmes enceintes et les autres enfants.

Surveillance de la température et de la survenue de symptômes

- Pour les enfants : la température est prise deux fois par jour par le personnel référent de l'établissement ou du service, à l'aide d'un thermomètre sans contact (ou par la mère lorsque les deux sont accueillis).
- Pour les femmes enceintes ou les mères : dans les meilleurs délais après le retour de la mère ou la femme enceinte d'une zone d'exposition à risque où le virus circule, un personnel référent de l'établissement se rend auprès de la personne, afin de :
 - lui délivrer les informations concernant les mesures barrières, la surveillance de température à prévoir, les modalités de prises de température, les symptômes qui impliquent de donner l'alerte ;
 - lui délivrer un thermomètre afin qu'elle prenne seule sa température, ou prendre sa température à l'aide d'un thermomètre sans contact.

Conduite à tenir en cas de survenue de symptômes

Pendant la période de suivi, en cas de fièvre supérieure ou égale à 38°C, ou de sensation de fièvre (frissons) ou de syndrome grippal (rhume, mal de gorge) :

- Le personnel référent de l'établissement est alerté et contacte immédiatement le Centre 15 ;
- Jusqu'à son transfert, l'enfant ou la mère reste dans sa chambre s'il dispose d'une chambre individuelle, ou est placé(e) dans la pièce isolée identifiée à cet effet. La mère porte un masque chirurgical en cas de contact étroit avec des membres du personnel.

Entretien, désinfection, gestion des déchets

Il n'y a pas lieu de prendre des mesures particulières pour une personne qui n'a pas déclaré de symptômes.

Une femme enceinte, une mère ou un enfant a déclaré la maladie (cas confirmé) : que dois-je faire ?

L'ARS aura fait la recherche des personnes au contact de l'enfant ou du parent ayant déclaré la maladie (« cas-contact ») et vous contactera.

Je procède au nettoyage des locaux : un délai de latence pour commencer le nettoyage est souhaitable, les coronavirus pouvant probablement survivre 3h sur des surfaces sèches.

- Equiper les personnes en charge du nettoyage des sols et surfaces avec port d'une blouse à usage unique, de gants de ménage (le port de masque de protection respiratoire n'est pas nécessaire du fait de l'absence d'aérosolisation par les sols et surfaces) ;
- Entretien des sols² : privilégier une stratégie de lavage-désinfection humide :
 - Nettoyer les sols et surfaces avec un bandeau de lavage à usage unique imprégné d'un produit détergent,
 - Rincer à l'eau du réseau d'eau potable avec un autre bandeau de lavage à usage unique,
 - Laisser sécher,
 - Désinfecter les sols et surface à l'eau de javel diluée avec un bandeau de lavage à usage unique différent des deux précédents.

Les déchets produits par la personne ayant déclaré la maladie suivent la filière d'élimination classique. Je n'ai donc pas d'actions particulières à faire sur ces déchets.

Dans toutes les situations, comment se protéger du coronavirus COVID-19 (gestes barrières) ?

Il existe des gestes simples pour préserver votre santé et celle de votre entourage :

- Se laver les mains régulièrement avec du savon ou les désinfecter avec une solution hydro-alcoolique si pas d'eau à proximité ;
- Tousser ou éternuer dans son coude ;
- Utiliser des mouchoirs à usage unique ;
- Eviter de serrer la main pour se saluer.

Il est recommandé de faire le point sur le stock de flacons de solution hydro alcoolique à disposition dans le centre.

² Avis Société française d'hygiène hospitalière en date du 7 février 2020, et relatif au traitement du linge, au nettoyage des locaux ayant hébergé un patient confirmé à nCoV et à la protection des personnels.

CONDUITE À TENIR POUR LES PERSONNES DE RETOUR D'UNE ZONE DE FORTE CIRCULATION DU VIRUS

Un nouveau coronavirus à l'origine d'infections pulmonaires a été détecté en Chine fin décembre 2019. D'après les connaissances scientifiques, celui-ci se transmet par des gouttelettes émises par une personne infectée, en particulier lors de contacts étroits.

Vous revenez d'une zone de forte circulation du virus avec des transmissions entre personnes, c'est pourquoi il est important de vérifier durant les 14 jours après votre retour que vous n'avez pas été contaminé et d'éviter tout contact extérieur pendant cette période pour ne pas risquer de propager la maladie.

Vous serez contactés par la cellule régionale de suivi de votre agence régionale de santé (ARS). Des professionnels de santé vous appelleront par téléphone pour organiser ce suivi pendant 14 jours.

POURQUOI DEVEZ-VOUS VOUS SURVEILLER PENDANT 14 JOURS ?

Les symptômes de la maladie peuvent apparaître jusqu'à 14 jours après un contact avec une personne malade et se manifestent le plus souvent par de la fièvre ou une sensation de fièvre, de la toux ou des difficultés à respirer.

Si vous n'avez aucun symptôme après 14 jours, vous n'avez pas été contaminé par le coronavirus.

En cas de symptômes au cours des 14 jours de suivi, un test de diagnostic sera effectué si l'évaluation médicale détermine que vous avez pu être contaminé par le coronavirus. Si le résultat du test est positif, vous bénéficierez de soins en milieu hospitalier afin d'éviter la contamination de votre entourage.

QUE DEVEZ-VOUS FAIRE PENDANT 14 JOURS ?

1 – Restez strictement à domicile

2 – Suivre les recommandations suivantes :

- Réduisez les contacts au sein de votre domicile et portez systématiquement un masque chirurgical lorsque vous êtes en contact avec une autre personne
- Évitez tout contact avec les personnes fragiles (femmes enceintes, malades chroniques, personnes âgées...)
- Lavez-vous les mains régulièrement (ou utilisez une solution hydro alcoolique) et veillez à ce que vos enfants le fassent également

3 – Surveiller votre état de santé ainsi que celui de vos enfants :

- Prenez votre température **pendant 14 jours**, ainsi que celle de vos enfants, **tous les jours, matin et soir, à l'aide d'un thermomètre**, puis notez la date, l'heure de mesure et la température sur la fiche jointe
- Notez les noms et coordonnées des personnes avec lesquelles vous avez été en contact proche à votre domicile au cours des 14 jours du suivi

QUE FAIRE EN CAS DE FIÈVRE OU DE TOUX OU SI VOUS NE VOUS SENTEZ PAS BIEN PENDANT LA PÉRIODE DE SUIVI ?

En cas de fièvre ou sensation de fièvre, toux, difficultés à respirer, dans les 14 jours suivant votre retour :

- Contactez rapidement la cellule régionale de suivi de l'agence régionale de santé
- En cas d'urgence, contactez le SAMU Centre 15 en signalant votre voyage
- Évitez tout contact avec votre entourage, conservez votre masque
- Ne vous rendez pas directement chez le médecin, ni aux urgences de l'hôpital

Votre coopération est essentielle quant au maintien à domicile et au suivi des recommandations et pour signaler tout symptôme dès son apparition pour éviter la contamination de votre entourage.

L'agence régionale de santé pourra vous prescrire un arrêt de travail vous permettant de régulariser votre situation auprès de votre employeur et de bénéficier d'indemnités journalières maladie.

Pour toute question non médicale :

Plateforme numéro vert : **0800 130 000**
(en français – ouvert 7j/7 de 9 h à 19 h, appel gratuit)

Questions-réponses en ligne : www.gouvernement.fr/info-coronavirus

CALENDRIER DE SUIVI MÉDICAL

Nom:

Prénom:

Date	Température		Difficultés Respiratoires	Toux	Autres symptômes	Liste et coordonnées des personnes avec lesquelles vous avez eu un contact proche
	Matin	Soir				
J1:			<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non		
J2:			<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non		
J3 :			<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non		
J4 :			<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non		
J5 :			<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non		
J6 :			<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non		
J7 :			<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non		
J8 :			<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non		
J9 :			<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non		
J10 :			<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non		
J11 :			<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non		
J12 :			<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non		
J13 :			<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non		
J14 :			<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non		

MINISTÈRE DE L'AGRICULTURE ET DE L'ALIMENTATION

Prévention des infections hivernales : comportements à adopter au quotidien

date de mise à jour du document : 26 février 2020, 13h

Face aux infections virales hivernales, il existe des gestes simples pour se protéger et protéger son entourage : **les gestes barrières**.

Ces gestes barrière, **une fois combinés**, constituent un bouclier de protection : ils font barrage aux virus et contribuent à se protéger et protéger son entourage.

4 gestes barrières à adopter au quotidien chez-soi ou au travail, pour soi-même et pour les autres



Se laver les mains à l'eau et au savon ou, à défaut, avec une solution hydro-alcoolique

Se couvrir le nez et la bouche quand on tousse ou éternue*

Se moucher dans un mouchoir à usage unique

Éviter de se toucher le visage, en particulier le nez et la bouche

*Si ce n'est pas possible (ex : si l'on tient un enfant dans les bras), il est recommandé de se couvrir la bouche avec un mouchoir à usage unique, de le jeter puis de se laver les mains.

Dans le cas où l'on a toussé ou éternué dans ses mains, il faut se laver les mains dès que possible pour ne pas contaminer des personnes ou des objets.

De bonnes habitudes à prendre et à garder :

- Aérez le logement au moins 10 minutes par jour, hiver comme été ;
- Maintenez une température intérieure du logement à 19°C, notamment dans les chambres et évitez les atmosphères chaudes et sèches ;
- Rangez les brosses à dents séparément et ne les échangez pas ;
- Évitez de partager les verres et les couverts à table ;
- Pendant la période de circulation des virus, évitez de se serrer la main ou de s'embrasser pour se saluer.

Pour en savoir plus : <https://www.ameli.fr/assure/sante/themes/gestes-barrieres/les-4-gestes-barrieres-adopter-pour-limiter-la-transmission-des-virus-de-l'hiver>

Si vous êtes malade, quelques réflexes à adopter :

- Limitez les sorties et les contacts avec les personnes fragiles : personnes âgées, ou immunodéprimées, femmes enceintes et nourrissons ;
- Reporter vos visites aux personnes hospitalisées ou hébergées dans un *établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendante* (EHPAD) ;
- Limitez les sorties ;
- Arrêtez les activités collectives ;
- Évitez de vous toucher la bouche ou le nez si vous êtes malade, sinon lavez-vous les mains aussitôt ;
- Nettoyez plus fréquemment les surfaces qui sont fréquemment touchées par la personne malade telles que les poignées de porte, le téléphone, les ustensiles de cuisine, les toilettes (en cas de diarrhée), les lavabos ;
- Portez un masque chirurgical, notamment lorsqu'on est en contact avec des personnes fragiles.

👉 Focus sur le lavage des mains

Il est recommandé de se laver systématiquement les mains :

- Après avoir pris les transports en commun (bus, car, train, métro), en arrivant au bureau ou chez soi,
- Après chaque sortie à l'extérieur,
- Après s'être mouché, avoir toussé ou éternué,
- Avant et après s'être occupé d'un bébé,
- Après avoir rendu visite à une personne malade,
- Avant de préparer les repas, de les servir ou de manger,
- Après être allé aux toilettes.

Une solution hydro-alcoolique peut aussi être utilisée en l'absence d'eau et de savon.

Comment bien se laver les mains ?

