

Dans ta vie de tous les jours :

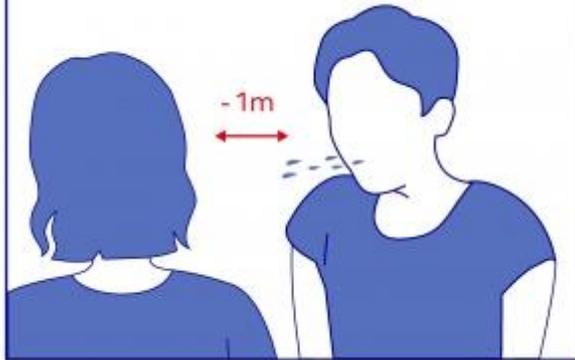


FACE AU CORONAVIRUS : LES BONS GESTES À ADOPTER

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

• Par la projection de gouttelettes

• Face à face pendant au moins 15 minutes



Si tu es malade, reste à la maison.



1

Lave-toi les mains avec du savon, très régulièrement.



2

Tousse et éternue dans le pli de ton coude et loin de tes amis.

3

Utilise des mouchoirs en papier et jette-les à la poubelle.



4

Salue tes amis de loin.



5

Respecte une distance de 1 mètre (2 grands pas) entre toi et les autres.



6

Évite de toucher ton visage (nez, bouche, yeux).



Avant d'arriver au collège

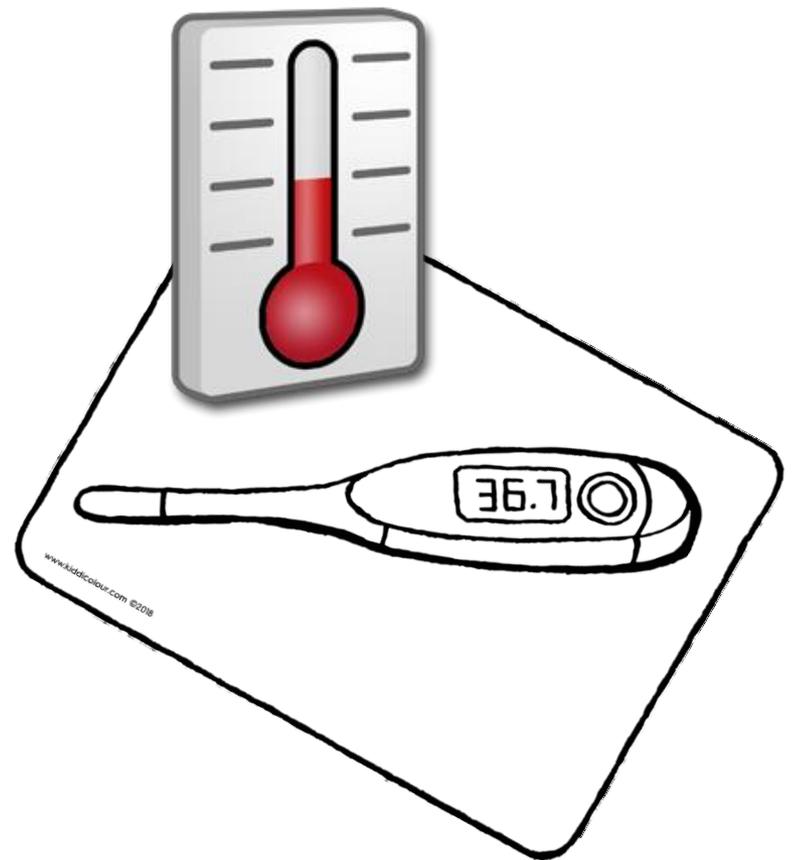
À la maison :

1) Je prends ma température tous les matins

→ En cas de symptôme ou de fièvre (37,8°C ou plus), je ne dois pas me rendre au collège

2) Je vérifie que mon cartable est complet :

- tout le nécessaire pour travailler
- 2 masques pour la journée et 2 pochettes plastiques
- des mouchoirs jetables
- ma gourde d'eau



Je porte mon masque avant d'arriver sur le parvis et de rentrer dans le collège

En arrivant au collège

Il est parfois difficile d'ouvrir les portes sans toucher la poignée avec ma main.



Je sais que le nettoyage de toutes les parties communes et les zones contact telles que les poignées de porte, les rampes d'escalier est réalisé régulièrement.

Moi aussi je peux aider à garder le collège propre, donc surtout je me lave les mains régulièrement.

C'est pourquoi le premier temps de ma journée de collégien est consacré au lavage des mains.

Je me lave les mains :

Quand j'arrive au collège
Avant et après chaque repas
Avant et après avoir été aux toilettes
Au début et à la fin de chaque récréation



1

● Je verse du savon sur mes mains mouillées et je frotte les paumes, le dessus des mains et les poignets pendant plusieurs secondes.



2

● Je frotte bien entre les doigts en entrelaçant mes mains.



3

● Je frotte chaque doigt en tournant ma main autour.



4

● Je nettoie mes ongles en les frottant contre ma paume.

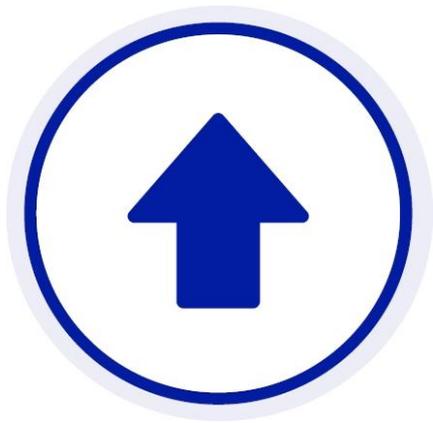


5



● Après avoir rincé mes mains, je les essuie avec un essuie-mains jetable ou je les laisse bien sécher à l'air libre.

Une solution hydro-alcoolique peut aussi être utilisée sur des mains non souillées



**Je respecte le sens
de circulation indiqué**

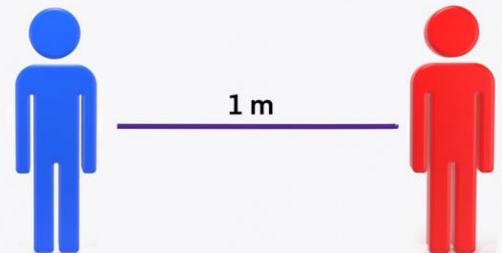


**Je me tiens à plus d'un mètre des autres,
même en cas de croisement.**





Je ne crée pas
d'attroupements
dans les couloirs



PORTER UN MASQUE, POUR MIEUX NOUS PROTÉGER



Se laver les mains **avant** de
mettre son masque
et **après** l'avoir retiré



**Mettre et enlever
le masque en le prenant par
les lanières**



**Couvrir le nez
et la bouche**



**Une fois posé,
ne plus le toucher**

Les erreurs à éviter



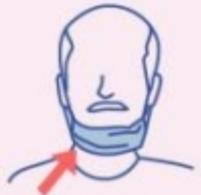
- Porter son masque en dessous du nez ou ne couvrir que la pointe du nez.



- Porter son masque sans recouvrir son menton.



- Toucher son masque une fois qu'il est positionné.



- Baisser le masque sur son menton en le portant comme un collier.



- Réutiliser un masque après l'avoir enlevé.

Oter le masque



• Lavez-vous ou désinfectez-vous de nouveau les mains avant de l'enlever.

L'attraper par les élastiques



Après utilisation, le mettre dans un sac plastique et le jeter **ou** s'il est en tissu, le laver à 60° pendant 30 min





Covid-19 : Comment bien mettre un masque p...

INFO

THE MASK



0:00 / 1:20



YouTube



Double
clic sur
l'image



https://www.youtube.com/watch?v=o- DPOiBA1o&feature=emb_title

Pense à prendre deux petites pochettes : **une pour le masque propre de l'après-midi** et **une autre pochette pour y mettre ton masque sale du matin.**