

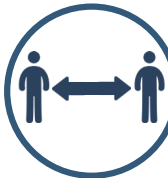
Aide-mémoire

Consignes et conseils pour les travailleurs de la santé



Les bonnes pratiques : manipulation de mon uniforme de travail

- Le port de l'uniforme doit être limité aux heures de travail.
- Rentrez directement à la maison dès la fin du quart de travail. Évitez de passer à l'épicerie en rentrant du travail.
- En entrant à la maison, évitez de toucher des objets ou d'embrasser vos proches.
- Retirez votre uniforme en évitant de le secouer et le mettre directement au lavage.
- Nettoyez votre uniforme après chaque utilisation.
- Prenez une douche dès votre arrivée ou lavez-vous les mains à l'eau tiède courante et au savon pendant au moins 20 secondes.
- Utilisez un désinfectant à base d'alcool si vous n'avez pas accès à de l'eau et à du savon.



Les mesures de distanciation physique

- Saluez les autres d'un signe de la main plutôt qu'avec une poignée de main, un baiser ou une accolade.
- Allez à l'épicerie une fois par semaine.
- Tenez des réunions virtuelles.
- Utilisez les moyens technologiques pour rester en contact avec vos amis et votre famille.

Respecter la distance de 2 mètres, c'est notre responsabilité à tous. N'hésitez pas à le dire si une personne est trop près de vous.



Étiquette respiratoire et autres conseils

- Lavez-vous les mains souvent pendant au moins 20 secondes et évitez de vous toucher le visage.
- Toussez ou éternuez dans le creux de votre bras.
- Évitez de toucher les surfaces que les gens touchent souvent.
- Si vous toussiez ou éternuez, couvrez-vous la bouche avec un masque chirurgical ou un mouchoir.
- Jetez les mouchoirs dans une poubelle doublée d'un sac et nettoyez-vous les mains immédiatement après avoir toussé ou éternué.