



## Vous ou vos proches présentez des symptômes ou avez été testés positif au Covid 19

### voici les mesures à prendre

#### **Surveillance de votre état de santé**

- prenez votre température et surveillez la 2 fois par jour. (une température corporelle normale se situe entre 36,1 C et 37,8 C)
- en cas d'aggravation de votre état général, appeler votre médecin traitant ou, si celui-ci n'est pas joignable, le SAMU-Centre 15
- il serait aussi préférable de prévenir Aid'Aisne dès l'apparition de symptômes

#### **Mesures de confinement afin de protéger les personnes avec qui le logement est partagé « dont les intervenants à domicile »**

- le confinement doit être réalisé dans une pièce dédiée, bien aérée. Cette mesure vise à minimiser les contacts entre les personnes et limiter la contamination des surfaces dans le logement
- si plusieurs WC sont disponibles, un doit être dédié au malade. Si un seul WC est présent au domicile, une hygiène stricte doit être respectée (nettoyage eau de javel ou par lingettes désinfectantes)
- respecter une distance de sécurité (deux mètres sans contact direct lorsque cela est possible)

#### **Mesures d'hygiène et de prévention**

- **aérer** au moins 3 fois par jour l'ensemble du domicile (10-15 minutes) ET lors de la venue de toute personne extérieure au domicile (y compris avant la venue des intervenants à domicile)
- **nettoyer et désinfecter** régulièrement certaines surfaces susceptibles d'être un vecteur de contamination (smartphone, poignées de portes ...)
- **éliminer** les mouchoirs immédiatement après utilisation
- pas de mesures particulières pour l'entretien de la vaisselle (au mieux : lave-vaisselle)
- **laver ses mains** en réalisant avec une rigueur absolue des gestes d'hygiène des mains par friction hydro-alcoolique (en particulier avant de porter les mains au visage) et par lavage au savon 4 à 6 fois par 24 heures.
- **entretenir son linge** sans secouer les draps et le linge et sans plaquer le linge sale contre soi. **Transporter les draps et le linge** à laver dans la machine à laver le linge

sans dépose intermédiaire dans le logement. Laver le linge dans une machine à laver avec un cycle à 60°C pendant 30 min au minimum. En cas de linge fragile, réaliser un prélavage.

### Laver ses mains à la fin de manipulation

- **Gérer les déchets** en mettant les masques, mouchoirs à usage unique usagés, lingettes de nettoyage des surfaces..., dans un **sac plastique noir** pour ordures ménagères, qui leur est dédié, disposant de liens de fermeture traditionnels ou coulissants et d'un petit volume (30 litres au maximum). La personne correspondant à un cas infecté ou susceptible d'être infecté dispose de ce sac plastique destiné aux déchets contaminés, **dans la pièce où elle réside**. Lorsque ce sac plastique noir est presque plein, il est **fermé et placé dans un deuxième sac plastique noir identique, qui sera également fermé**. Les déchets sont stockés sous ce format **durant 24 heures au domicile** pour réduire fortement la viabilité du virus, puis doivent être déposés dans le bac à ordures ménagères. Les déchets sont ensuite évacués lors de la collecte des ordures ménagères à chaque fréquence de passage des camions. **En aucun cas ces sacs noirs ne doivent être mis dans les bacs jaunes à emballages ou dans les points d'apport volontaires des emballages, du verre ou du papier**. Cette procédure de stockage est réalisée jusqu'à la fin des symptômes respiratoires

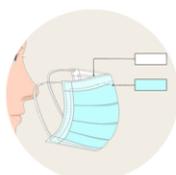
### Port de masque

Pour minimiser le risque de dissémination du virus pendant **les interventions impliquant une proximité**, il est demandé au bénéficiaire diagnostiqué positivement au COVID 19 ou présentant des symptômes, **de porter un masque simple, lors de l'intervention des salariés**.

### Comment mettre mon masque chirurgical ?



Je me lave les mains



Je tourne mon masque dans la bonne direction (bord rigide en haut, face blanche vers moi)



J'attache le haut de mon masque



Je pince le bord rigide pour l'ajuster à mon nez



J'attache le bas de mon masque



Pour le retirer, je ne touche que les attaches

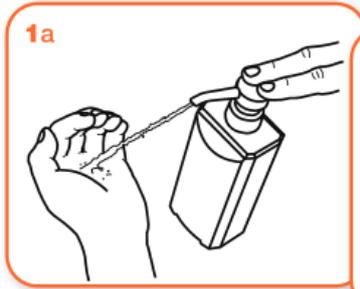


Je jette mon masque et je me lave les mains

## Lavage des mains avec une solution hydro-alcoolique

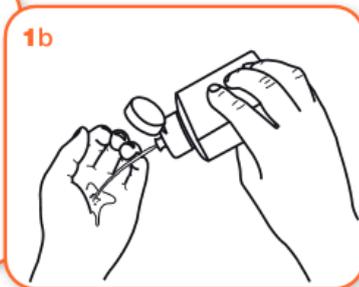


Durée de la procédure : **20-30 secondes.**

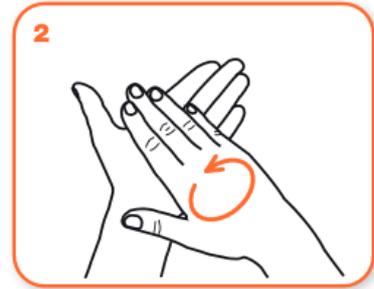


1a

Remplir la paume d'une main avec le produit hydro-alcoolique, recouvrir toutes les surfaces des mains et frictionner :

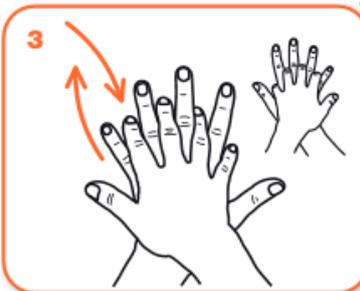


1b



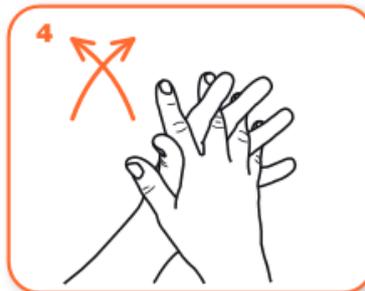
2

Paume contre paume par mouvement de rotation,



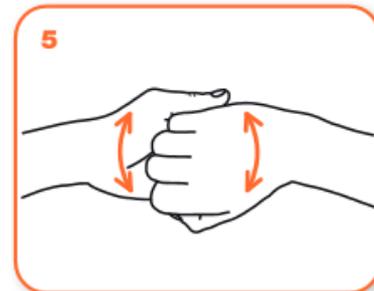
3

le dos de la main gauche avec un mouvement d'avant en arrière exercé par la paume droite, et vice et versa,



4

les espaces interdigitaux paume contre paume, doigts entrelacés, en exerçant un mouvement d'avant en arrière,



5

les dos des doigts en les tenant dans la paume des mains opposées avec un mouvement d'aller-retour latéral,



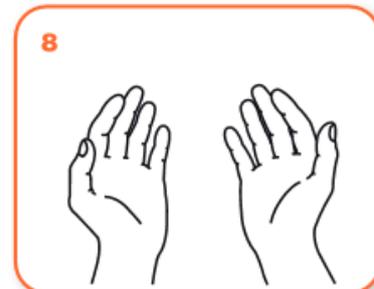
6

le pouce de la main gauche par rotation dans la paume refermée de la main droite, et vice et versa,



7

la pulpe des doigts de la main droite par rotation contre la paume de la main gauche, et vice et versa.



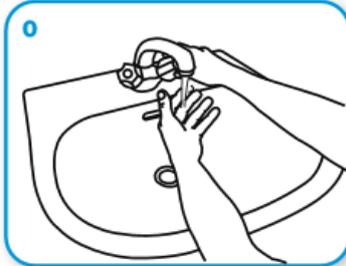
8

Une fois sèches, les mains sont prêtes pour le soin.

## Lavage des mains avec un savon liquide



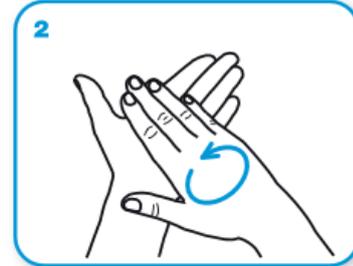
Durée de la procédure : **40-60 secondes**



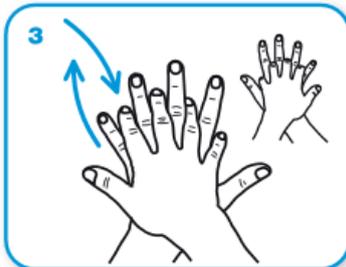
0  
Mouiller les mains abondamment



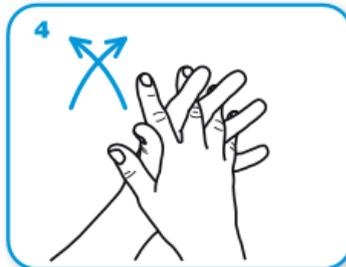
1  
Appliquer suffisamment de savon pour recouvrir toutes les surfaces des mains et frictionner :



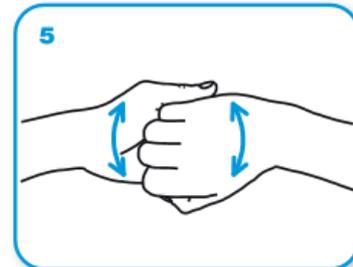
2  
Paume contre paume par mouvement de rotation,



3  
le dos de la main gauche avec un mouvement d'avant en arrière exercé par la paume droite, et vice et versa,



4  
les espaces interdigitaux paume contre paume, doigts entrelacés, en exerçant un mouvement d'avant en arrière,



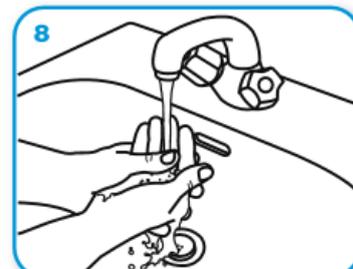
5  
les dos des doigts en les tenant dans la paume des mains opposées avec un mouvement d'aller-retour latéral,



6  
le pouce de la main gauche par rotation dans la paume refermée de la main droite, et vice et versa,



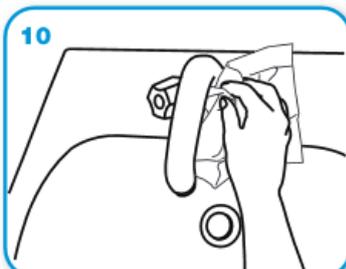
7  
la pulpe des doigts de la main droite par rotation contre la paume de la main gauche, et vice et versa.



8  
Rincer les mains à l'eau,



9  
sécher soigneusement les mains avec une serviette à usage unique,



10  
fermer le robinet à l'aide de la serviette.



11  
Les mains sont prêtes pour le soin.