

# FICHE PRATIQUE

## MESURES DE PROTECTION

### Se laver les mains

- Les mouiller, mettre du savon et faire mousser.
- Frotter entre les doigts, le long du pouce en remontant vers le poignet.
- Rincer soigneusement.
- S'essuyer avec une serviette en papier.
- Fermer le robinet avec la serviette.

*Garder les ongles courts et pour les femmes, éviter le vernis à ongles car les germes se mettent dans les microfissures dès qu'il se dégrade.*



### Mettre et utiliser un masque

- Prendre le masque par les élastiques ou les liens.
- Ne pas toucher l'intérieur.
- Appliquer le masque **sur le nez ET la bouche** et l'ajuster sur le visage en le pinçant en haut du nez et en le tirant vers le bas du menton.
- Éviter de le toucher tant qu'on le porte.
- Le changer toutes les 4 heures.



### Pour retirer le masque

- L'enlever par derrière (ne pas toucher le devant du masque).
- Le jeter immédiatement dans une poubelle fermée.
- Se laver les mains ou les frictionner avec une solution hydroalcoolique.

*Chaque fois que l'on touche un masque usagé, se laver les mains ou les frictionner avec une solution hydroalcoolique. Lorsqu'il s'humidifie, le remplacer par un nouveau masque et ne pas réutiliser des masques à usage unique. Pour les masques en tissu, les garder à part puis les passer à la machine.*

### L'entretien des locaux

Nettoyer les surfaces quotidiennement avec un produit désinfectant tous les jours (plus si nécessaire selon l'activité de l'entreprise) :

- les rampes d'escalier
- les poignées de porte
- les interrupteurs électriques
- les boutons d'ascenseur

*Les postes de travail sont eux désinfectés très souvent dans la journée en fonction de l'activité.*



**Kit de prévention à chaque poste de travail :** • Lingettes pour nettoyer les surfaces (claviers, téléphone, plan de travail...) • Masque, même de fabrication artisanale • Solution hydroalcoolique

**Réserver une poubelle** pour les masques et les mouchoirs usagers et la changer chaque jour. Conserver le sac poubelle fermé pendant 24 heures avant de l'évacuer hors du circuit de tri.

