

# Comprendre et se protéger de la COVID 19



# VIRUS



C'est le plus petit micro-organisme parmi les divers agents infectieux.

Mode d'action pour assurer sa survie :

- Intrusion chez un hôte avec, en général, une prédilection pour un ou plusieurs organes cibles selon les virus
- Envahissement de cellules dans lesquelles il va pouvoir s'installer, faire des dégâts et prendre le pouvoir. C'est un 'squatteur' professionnel !

# MODE DE CONTAMINATION de la Covid19



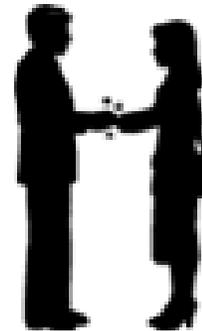
Le virus est transporté par les gouttelettes lors :

- De la parole
- D'une toux
- D'un éternuement
- Elles se déposent sur une surface et/ou sur un individu

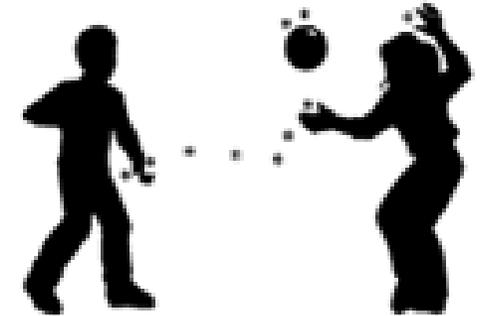
*Portée maximale des gouttelettes variable selon la situation. Ex : la portée n'est pas la même en cas de dialogue simple ou d'un éternuement, d'un rire ou lors d'une activité physique...*

On parle de transmission par contact

direct



indirect

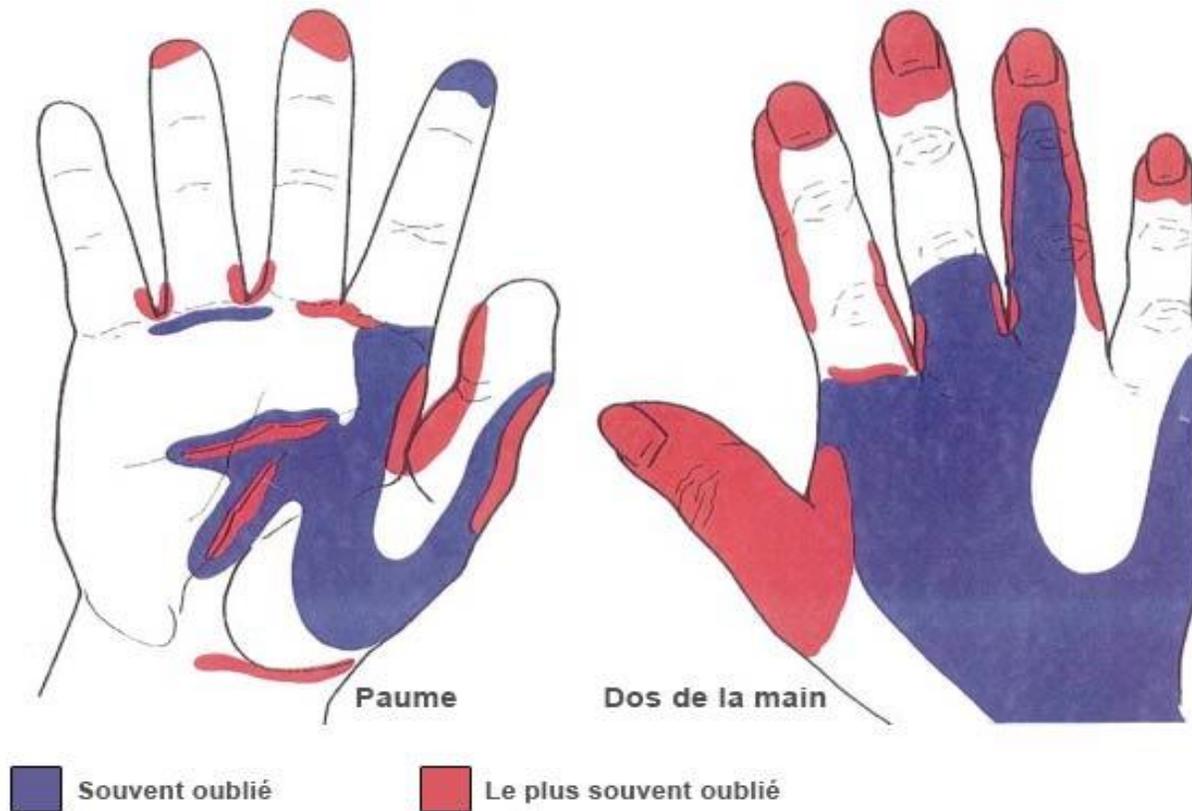


# LES MAINS SONT UN VECTEUR DE TRANSMISSION MAJEUR

## 70% à 80% des transmissions sont **MANUORTEES**

### PREVENTION

**LAVAGE  
ADAPTE  
et  
CORRECT  
DES MAINS  
30'' minimum**





### ENDROITS OUBLIÉS LORS DU LAVAGE DES MAINS



- Endroits souvent oubliés
- Endroits moins fréquemment oubliés
- Endroits pas oubliés



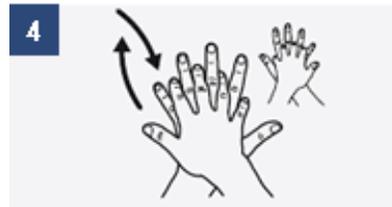
1 Humidifier les mains avec de l'eau



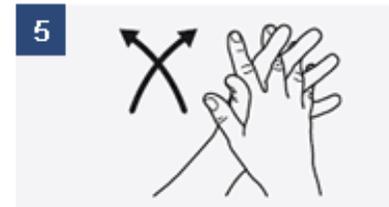
2 Appliquer suffisamment de savon pour couvrir les deux mains



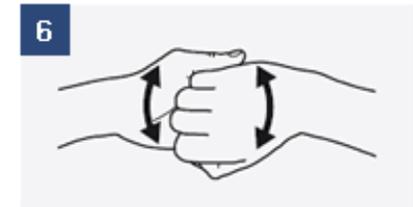
3 Frotter les paumes des mains entre elles



4 Frotter la paume droite sur le dos de la gauche en entrelaçant les doigts et viceversa



5 Frotter paume contre paume entre entrelaçant les doigts



6 Frotter le dos des doigts contre la paume de la main opposée en serrant les doigts



7 Frotter le pouce gauche avec un mouvement de rotation en le prenant avec la paume de la main droite et viceversa



8 Frotter la pointe des doigts de la main droite contre la paume de la main gauche avec un mouvement de rotation et viceversa



9 Se rincer les mains à l'eau



10 Les sécher avec un chiffon à usage unique



11 Utiliser le chiffon pour fermer le robinet



12 Les mains sont maintenant sûres

# MAIS AUSSI ...

## LES GESTES BARRIÈRES

Coude ou mouchoir



LAVAGE = EAU + SAVON

Mouchoir à usage unique à jeter dans une poubelle

**CORONAVIRUS - COVID-19**



?



POUR SE PROTEGER SOI



POUR PROTEGER LES AUTRES

## HYGIENE DE VIE

*C'est un ensemble de comportements quotidiens individuels et collectifs qui permettent de maintenir **sa santé** et de ce fait, **la santé de tous**.*

**RESPONSABILITE COMMUNAUTAIRE**

*« Personne ne peut diriger le vent mais on peut apprendre à diriger ses voiles. »*

# USAGE DU MASQUE



- Masque réglementaire selon les normes sanitaires
- Placement efficace et sécuritaire



*Pose-dépose par les élastiques*



*Le masque est plaqué, avec des attaches pas trop lâches*

- Usage cohérent durant son port, sans gestes parasites :
- ne pas toucher la face du masque
- ne pas libérer ni les narines, ni le menton. Ne pas le placer en attente sous le menton.



Il tient chaud ! Son usage est indiqué lors de la vie collective. Inutile de le porter au volant de votre voiture !

PORT 4H MAXIMUM

Lavage du masque en tissu à 60°C

# USAGE DES GANTS JETABLES



**ILS N'EXCLUENT PAS LE LAVAGE DES MAINS EAU+SAVON**

L'emploi de gants jetables exige des précautions d'emploi pour ne pas devenir *une fausse-sécurité*

**Ils sont une protection pour soi, ils doivent protéger les autres par des gestes appropriés.**

Enfilage



Retrait



Un gant mal utilisé, stocké de manière inappropriée, qui touche tout, n'importe quand et comment est non seulement inefficace mais encore, il devient potentiellement contaminant.

Il devient facilement une source de gaspillage de ressources tout comme l'usage déraisonné de lingettes ou de gel hydro-alcoolique en excès.

**UN LAVAGE DES MAINS EAU+SAVON OU UNE FRICTION HYDRO-ALCOOLIQUE SONT A EFFECTUER AVANT ET APRES TOUT GESTE A RISQUES**

# USAGE DU GEL HYDRO-ALCOOLIQUE

= alcool 60%+antiseptique+émollient – produit avec une certification

Emploi à chaque fois que l'eau et le savon sont impossibles et selon le protocole de lavage des mains avec toutes les étapes

Ne s'utilise pas sur des souillures

Ne s'emploie pas sur une peau lésée, mouillée

N'est pas destiné au nettoyage de surfaces inertes

Ne supprime pas le lavage régulier eau+savon

Action sur les germes pathogènes mais détruit aussi la flore cutanée résidente qui est un de notre premier barrage corporel contre les agressions microbiennes

NE PAS EN ABUSER  le revêtement cutané peut être lésé et devenir une porte ouverte pour l'introduction de germes dans l'organisme.  
Pour un bon usage, **REFLEXION AVANT L'ACTION !**

# USAGE DES PRODUITS DE LAVAGE DES SURFACES

- DETERGENT = formule contenant des tensio-actifs (agents nettoyants) qui élimine par l'eau les souillures.
- DESINFECTANT = formule avec un principe actif doté de propriétés antimicrobiennes. Pas de propriétés nettoyantes

Ex : Javel (bactéricide, virucide, fongicide, sporicide) ; dosage et conservation en fonction des préconisations du fabricant

*Le vinaigre n'est pas un produit désinfectant*

*« On ne désinfecte bien que ce qui est propre »*

# LA PREVENTION

- engagement et responsabilité individuelle
- engagement et responsabilité collective



*« Un pour tous, tous pour un...! »*

Vous voulez en savoir plus sur la Covid-19...

**LES  
INFORMATIONS  
UTILES**



**0 800 130 000** (appel gratuit)

[gouvernement.fr/info-coronavirus](https://gouvernement.fr/info-coronavirus)



En cas de signes cliniques, contacter votre médecin traitant. A défaut, contacter la plateforme de la sécurité sociale. Ce **numéro** d'appel, le 09 72 72 99 09 (service gratuit + prix de l'appel), est ouvert 7 jours sur 7, de 8h30 à 17h30 pour être orienté vers un médecin de ville ou un centre Covid.