



## LES BONS GESTES À ADOPTER CHEZ SOI

Utilisez des produits désinfectants à base d'eau de javel ou d'alcool ménager (ne jamais mélanger les produits entre eux)

Préférez un lavage de votre sol à l'eau avec du désinfectant plutôt que l'aspirateur

Pensez à nettoyer régulièrement votre écran de téléphone et votre clavier d'ordinateur avec des lingettes désinfectantes

Nettoyez régulièrement avec du désinfectant classique les surfaces contact : plan de travail, table, les poignées de porte, les interrupteurs, les boutons des chasses d'eau, ...

Nettoyez les douches et baignoires régulièrement

Prenez une douche quotidienne

Lavez vos vêtements à 30 degrés minimum pendant une heure

Mettez un bloc w-c à base de javel ou de désinfectant et lavez la lunette des toilettes à chaque passage en cas de covid à domicile

## RECOMMANDATIONS COMPLÉMENTAIRES

### Lors de vos courses



Lavez-vous les mains soigneusement au savon avant de sortir, en rentrant chez vous et avant chaque manipulation



Mettez des gants si vous le souhaitez (pensez à les jeter après les courses) et lavez-vous les mains après



Déposer les courses à l'extérieur pendant une heure si possible



Enlevez les emballages de tous les produits, quand c'est possible



Lavez et épluchez les fruits et légumes à l'eau claire et essuyez avec un essuie-tout



Si vous souhaitez porter un masque, vous pouvez utiliser un masque en tissu labellisé AFNOR (en date du 31 mars 2020)

### Vous allez au travail ?



Laissez vos chaussures et votre manteau à l'extérieur ou dans un vestibule pendant 12h si possible.



Si vous le pouvez, préparez une tenue de rechange et enfiler vos vêtements propres avant de rentrer.

Sinon, déshabillez-vous, mettez vos vêtements à la machine à laver et prenez une douche.



Lavez vos vêtements à 30 degrés pendant au moins 1 heure.