



STOP
COVID-19

Les essentiels
pour la prévention
et le contrôle
du virus

Des consignes pratiques de prévention dans la mise en œuvre de vos activités en fonction du contexte

Synthèse

1 - Comment doivent se comporter les personnes malades en famille, pour éviter de contaminer les autres ?

- ✓ Porter un masque en présence de l'entourage
- ✓ Tousser dans le pli du coude
- ✓ Ne pas toucher les objets communs
- ✓ Laver quotidiennement les surfaces tels que téléphones portables, poignées de portes interrupteurs
- ✓ Se laver les mains 6 fois par jour et dans les moments clés où l'on a porté la main à sa bouche
- ✓ Rester dans une pièce spécifique
- ✓ Ne pas partager sa chambre
- ✓ Si possible avoir sa propre salle de bain et toilettes
- ✓ Eviter les visites
- ✓ Eviter le contact avec les autres occupants
- ✓ Ne pas aller dans des lieux publics (ne pas faire le marché, ne pas se rendre à des cérémonies religieuses, prières...)
- ✓ Changer ses draps tout les jours (laver à 60°C si possible), ne pas secouer les draps sales
- ✓ Changer ses vêtements tous les jours, les laver immédiatement après les avoir ôtés

2 - En période d'épidémie, comment entretenir mon logement ?



Les essentiels
pour la prévention
et le contrôle
du virus

Le nettoyage et la désinfection sont des pratiques essentielles pour lutter contre l'épidémie de COVID-19. N'oubliez jamais que le savon et le chlore sont vos meilleurs alliés ! Voici quelques points à avoir présents à l'esprit.

- ✓ Efforcez-vous de nettoyer et désinfecter une fois par jour les locaux familiaux
- ✓ Pensez aux endroits qui sont fréquemment touchés : poignées de portes, interrupteurs, etc.
- ✓ Les lieux recevant du public doivent être désinfectés plusieurs fois par jour
- ✓ Utilisez du savon, du nettoyant de sol ou une solution chlorée à 0,5% (attention la solution chlorée est beaucoup plus corrosive et peut être dangereuse)
- ✓ Changez les draps régulièrement sans les secouer, lavez-les à la lessive ou au savon
- ✓ Lavez régulièrement vos vêtements de sortie
- ✓ Moustiquaires : un lavage à l'eau froide et au savon avec séchage à l'ombre est approprié (l'exposition au soleil ne convient pas avec l'imprégnation)
- ✓ Aérez tous les jours les pièces fermées
- ✓ Pour les chambres où plusieurs personnes dorment, éloignez le plus possible les têtes de lits, ventilez toute la nuit

3 - Comment gérer les files d'attente ?

Pour toutes les files d'attente (distributions, magasins...) il faut éviter la promiscuité. Les règles de bases sont :

- ✓ Garder une distance d'au moins 1m entre chaque personne
- ✓ Préférer le plein air où le virus est plus rapidement dispersé et inactivé par le rayonnement solaire
- ✓ Dans les magasins, désinfecter les paniers et chariots entre chaque utilisateur

4 - Comment se comporter lors d'une visite à une personne infectée par le COVID-19 et hospitalisée ?

En période épidémique, les visites dans les hôpitaux peuvent être interdites. Elles le sont le plus souvent dans les zones d'isolation des patients contagieux.

- ✓ Réduire les visites au strict minimum
- ✓ Un seul visiteur à la fois
- ✓ Se laver les mains à l'entrée de l'hôpital, si le visiteur touche le malade et à la sortie de l'hôpital
- ✓ Se tenir à distance du malade
- ✓ Si le malade est valide, privilégier les rencontres à l'extérieur des salles de soins

5 - Comment adapter sa pratique religieuse au contexte épidémique ?



Les essentiels
pour la prévention
et le contrôle
du virus

De nombreux exemples à travers le monde ont montré que les rassemblements religieux ont été la source de foyer d'infection intense avec de nombreux malades liées à ces rassemblements. Les autorités religieuses peuvent émettre des recommandations pour rendre les pratiques religieuses compatible avec le contrôle de l'épidémie en intégrant les gestes barrières.

- ✓ Privilégier les prières à la maison
- ✓ Se laver les mains à l'entrée des édifices religieux
- ✓ Limiter le nombre de fidèles lors des cérémonies, ou annulation ces dernières
- ✓ Désinfecter (nettoyage au savon des sols et mobiliers) les lieux après les rassemblements

6- Comment agir dans les écoles ?

- ✓ Renforcer l'éducation à l'hygiène
- ✓ Fournir de quoi se laver les mains (eau savon, points de lavage)
- ✓ Éviter dans la mesure du possible les classes surchargées



STOP
COVID-19

Les essentiels
pour la prévention
et le contrôle
du virus

Les solutions à utiliser pour le lavage et la désinfection

Synthèse

En fonction des usages, les produits à utiliser sont différents.

Désinfection de la peau (lavage de mains) et des linges à domicile :

- ✓ Choix n°1 - Savon : c'est la plus polyvalente des armes contre le virus il faut le privilégier pour l'utilisation domestique car simple d'utilisation et sans danger.
- ✓ Choix n°2 - Solution hydro alcoolique : à utiliser uniquement pour la désinfection des mains. Ne pas utiliser pour la toilette corporelle.
- ✓ Choix n°3 - Solution de lavage de main au chlore (0,05%) : ne pas utiliser chez les jeunes enfants et pour la toilette corporelle. Attention son usage comporte des dangers.

Désinfection de la peau (lavage de mains) à l'école :

- ✓ Choix n°1 - Savon : c'est la plus polyvalente des armes contre le virus. Il est simple d'utilisation et sans danger.
- ✓ Choix n°2 - Solution hydro alcoolique.
- ✓ Choix n°3 - Solution de lavage de main au chlore (0,05%) : ne pas utiliser chez les jeunes enfants.

Désinfection de la peau (lavage de mains) à l'entrée des lieux publics :

- ✓ Choix n°1 - Solution hydro alcoolique.
- ✓ Choix n°2 - Savon : son usage demande plus de logistique (eau et évacuation) et prend plus de temps à l'entrée des lieux publics.
- ✓ Choix n°3 - Solution de lavage de mains au chlore (0,05%) : ne pas utiliser chez les jeunes enfants – risque de dermatite ou asthme.

Désinfection de la peau (lavage de mains) et des linges dans les structures de santé :

- ✓ Nous vous recommandons de suivre les protocoles nationaux.
- ✓ Une formation en ligne est mise à disposition à ce propos par l'OMS :
<https://openwho.org/courses/COVID-19-IPC-FR>

Désinfection des surfaces à domicile :

- ✓ Choix n°1 : Savon ou Nettoyant pour les sols : c'est la plus polyvalente des armes contre le virus il faut le privilégier pour l'utilisation domestique car simple d'utilisation et sans danger.
- ✓ Choix n°2 : Solution désinfectante au Chlore (0,5%) : attention cette solution est beaucoup plus corrosive et peut être dangereuse.

Désinfection des surfaces à l'école :

- ✓ Choix n°1 : Savon ou Nettoyant pour les sols.
- ✓ Choix n°2 : Solution désinfectante au Chlore (0,5%) : attention cette solution est beaucoup plus corrosive et peut être dangereuse.

Désinfection des surfaces dans les lieux publics :

- ✓ Choix n°1 : Solution désinfectante au Chlore (0,5%) : le choix le plus simple pour utilisation dans les lieux publics. Attention cette solution est très corrosive et peut être dangereuse.
- ✓ Choix n°2 : Savon ou Nettoyant pour les sols.

Solutions pour le corps et laver le linge

Nom de la solution	Utilisation	Commentaires	Concentration	Comment préparer la solution
Savon	Lavage des mains et du corps Lavage du linge	A privilégier pour l'utilisation domestique		
Solution hydro-alcoolique	Lavage des mains uniquement	La fabrication doit être centralisée chez un professionnel (pharmacien) - à privilégier dans les lieux publics		https://www.who.int/gpsc/5may/tools/system_change/guide_production_locale_produit_hydro_alcoolique.pdf
Solution lavage de mains au chlore	Lavage des mains uniquement		(0.05% soit 0,5g/L)	https://www.cdc.gov/vhf/ebola/pdf/chlorine-solution-liquid-mild-french.pdf

Solutions à utiliser pour la désinfection des surfaces

Nom de la solution	Utilisation	Commentaires	Concentration	Comment préparer la solution
Nettoyant pour les sols	Nettoyage et désinfection des surfaces	A privilégier pour l'utilisation domestique		
Solution désinfectante au chlore	Nettoyage et désinfection des surfaces	A privilégier pour les lieux publics	(0.5% soit 5g/L)	https://www.cdc.gov/vhf/ebola/pdf/french-chlorine-powder.pdf

De façon générale préférez le savon et évitez le chlore pour l'utilisation domestique.

Le chlore est aussi performant que le savon mais présente plus de danger dans certaines situations comme l'usage domestique (contact avec les yeux, la peau, risque d'ingestion par les enfants). Il est plus utilisé pour les actions collectives de masse et dans les milieux hospitaliers car il est plus facile à préparer en grande quantité et ne nécessite pas de rinçage.

Danger de l'utilisation du chlore :

- ✓ Tenir impérativement hors de portée des enfants.
- ✓ En cas d'aspersion dans les yeux, rincer immédiatement et abondamment à l'eau.
- ✓ En cas d'ingestion, le chlore peut occasionner des brûlures internes graves pouvant entraîner un handicap grave et la mort.

