

SÉCURITÉ SOCIALE



**L'Assurance
Maladie**

FINISTÈRE

COVID-19



L'ESSENTIEL DE LA PRÉVENTION COVID-19



JE ME PROTÈGE, JE TE PROTÈGE

LES GESTES DE PRÉVENTION À RESPECTER



Les 5 gestes barrières

- Se laver régulièrement les mains
- Tousser ou éternuer dans son coude
- Utiliser un mouchoir à usage unique et le jeter
- Saluer sans se serrer la main, ni embrasser
- Éviter de se toucher le visage



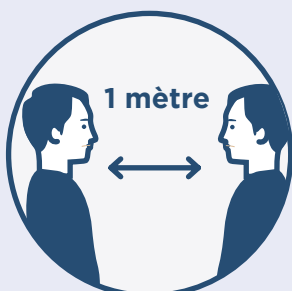
Le lavage des mains

- Respecter les consignes affichées dans les WC
- Se laver les mains avant et après chaque utilisation de matériel commun (rampe d'escalier, fontaines à eau, ...)
- Le gel hydro alcoolique est une alternative



L'utilisation des masques

- Se laver les mains avec de l'eau et du savon ou une solution hydroalcoolique avant toute manipulation d'un masque
- Porter un masque dès l'arrivée sur site
- Respecter la durée d'utilisation
- Placer le masque sur le nez et l'abaisser sous le menton



La vie collective

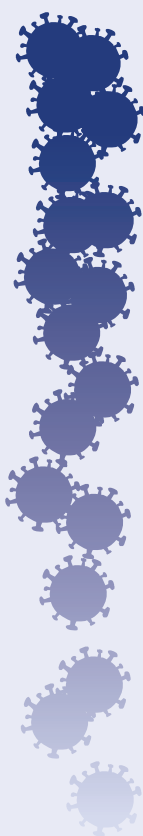
- Veiller à maintenir une distance d'au-moins un mètre avec ses collègues
- Respecter le sens de circulation indiqué dans les locaux
- Privilégier les escaliers au lieu de l'ascenseur
- Respecter le nombre de personnes maximum en salles communes (restauration, cafétéria et salles de réunion) et les places condamnées
- Aérer les bureaux régulièrement

JE ME PROTÈGE, JE TE PROTÈGE

COMMENT SE LAVER LES MAINS ?



Se laver les mains à l'eau et au savon pendant 30 secondes est la mesure d'hygiène la plus efficace pour prévenir la transmission de tous les virus.



Frottez-vous les mains,
paume contre paume



Lavez le dos des mains



Lavez entre les doigts



Frottez le dessus des doigts



Lavez les pouces



Lavez aussi le bout des doigts
et les ongles



Séchez-vous les mains avec une
serviette propre ou à l'air libre

Si vous n'avez pas d'eau et de savon, faites la même chose avec du gel hydro alcoolique



Vidéo explicative : <https://youtu.be/SxaQ5NEKia4>

JE ME PROTÈGE, JE TE PROTÈGE

COMMENT PORTER CORRECTEMENT SON MASQUE ?

COMMENT METTRE SON MASQUE



Lavez-vous les mains avec de l'eau et du savon ou bien du gel hydro alcoolique



Tenez le masque par l'élastique et placez les élastiques derrière les oreilles



Ajustez le masque au-dessus de votre nez



Tirez le bas du masque sur votre bouche et votre menton



Évitez de toucher le masque lorsque vous le portez

COMMENT RETIRER SON MASQUE



Lavez-vous les mains avec de l'eau et du savon ou bien du gel hydro alcoolique



Évitez de toucher le masque.



Tenez les deux élastiques, soulevez doucement et retirez le masque



Placez le masque dans une pochette hermétique toutes les 4 heures



Lavez-vous à nouveau les mains avec de l'eau et du savon ou bien du gel hydro alcoolique



Vidéo explicative : https://youtu.be/o_DPOiBA1o

JE ME PROTÈGE, JE TE PROTÈGE

LE SENS DE CIRCULATION À RESPECTER

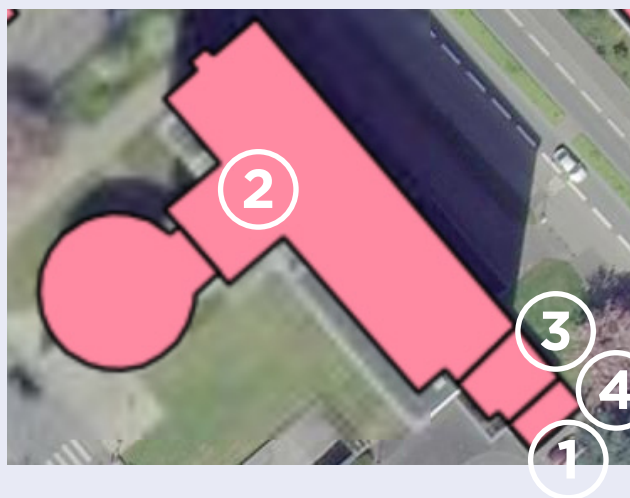
Dans les locaux de Brest Bellevue

Arrivée

- Je rentre par l'entrée principale des salariés niveau -1 (1)
- Sauf problème de santé j'utilise les escaliers côté ascenseurs pour la circulation montante (2)

Sortie

- Sauf problème de santé j'utilise les escaliers côté entrée du personnel pour la circulation descendante (3)
- Je quitte le bâtiment par la sortie fumeurs niveau RDC (4)



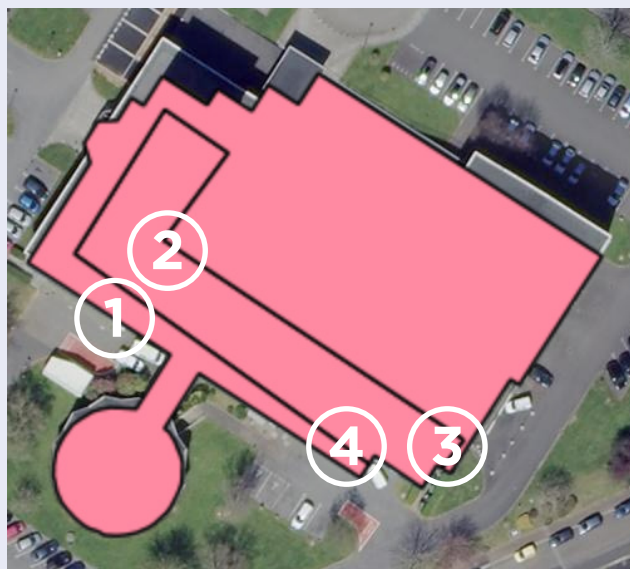
Dans les locaux de Quimper

Arrivée

- Je rentre par l'entrée principale des salariés (1)
- Je me dirige vers les ascenseurs et escalier de l'entrée principale pour la circulation montante (2)

Sortie

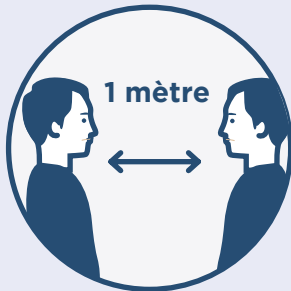
- Je me dirige vers les ascenseurs et escalier côté cafétéria pour la circulation descendante (3)
- Je quitte le bâtiment par la sortie côté cafétéria (4)



Dans les locaux de Morlaix

- J'attends que la personne engagée dans l'escalier ait quitté celui-ci pour m'engager

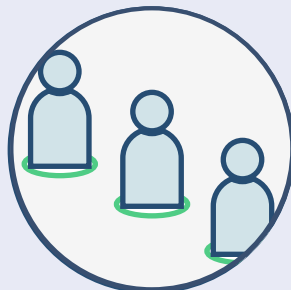
JE ME PROTÈGE, JE TE PROTÈGE COMMENT RESPECTER LA DISTANCIATION SOCIALE ?



Respectez une distance d'au moins 1 mètre minimum avec vos collègues



Limitez vos regroupements à 8 personnes maximum (ex : réunions)



Respectez les indications affichées dans les salles communes (restaurants, cafétéria, salles de pause et salles de réunions)



Laissez libre les places condamnées, matérialisées par un panneau de couleur



Évitez l'utilisation des ascenseurs, sauf problème de santé (1 personne à la fois)

