

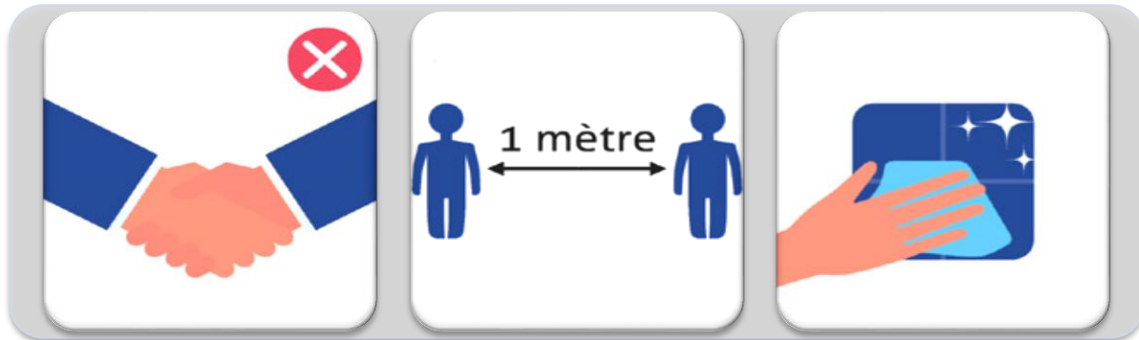
ASTL

ASSOCIATION DE SANTÉ AU TRAVAIL DU LOT



Rappel des règles sanitaires à mettre en œuvre pour se protéger et protéger les autres de la COVID-19

		
<p>Se laver les mains plusieurs fois par jour (<i>savon ou solution hydroalcoolique</i>).</p> <hr/> <p>Fiche Prévention - Lavage des mains <i>Cliquez ici</i></p>	<p>Porter un masque dans les zones partagées (<i>bureaux, salle de pause, voiture, etc.</i>) et selon les règles dictées dans le protocole du lieu de travail.</p> <hr/> <p>Port et retrait d'un masque chirurgical <i>Cliquez ici</i></p>	<p>Éternuer ou tousser dans le creux de son coude ou dans un mouchoir à usage unique. Se laver les mains ensuite.</p>



Ne pas se serrer la main et éviter les embrassades.

Garder une distance d'au moins 1 mètre entre chaque personne. Une distance de 2 mètres étant idéale.

Désinfecter régulièrement les objets, les surfaces et les sanitaires.

Fiche prévention - nettoyage des locaux
 Cliquez [ici](#)



Ne pas échanger d'objets (*stylos, souris, téléphone, verres, gourdes...*)

Aérer régulièrement les pièces pendant 15 min (*minimum 3 fois par jour*)

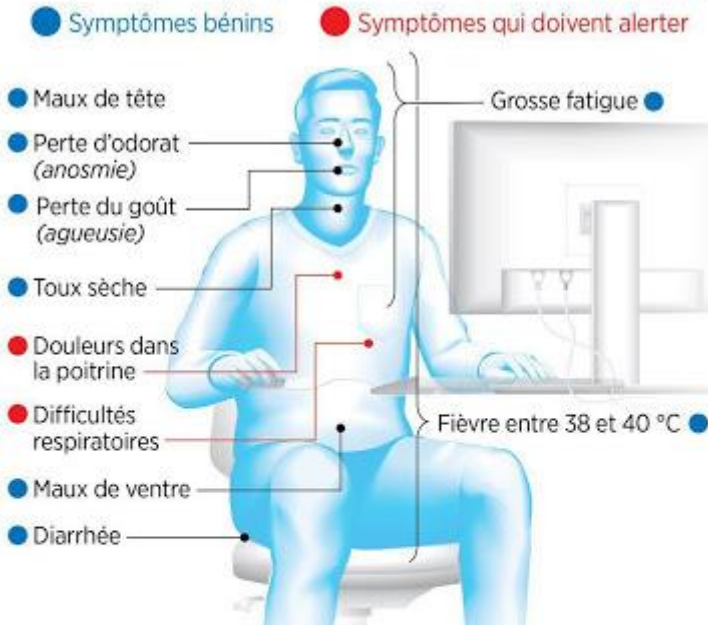
En cas de symptôme, rester chez soi et contacter son médecin traitant.

En cas de symptôme grave (*difficultés respiratoires ...*) **contacter le 15**

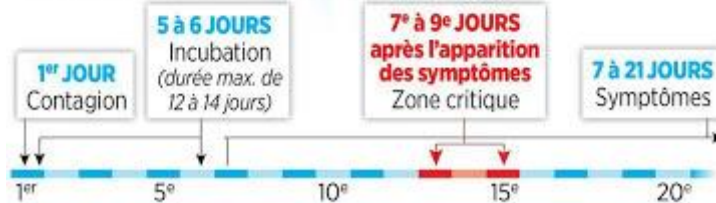
Pour aller plus loin

Quels symptômes peuvent m'inciter à faire le test ?

Les principaux symptômes du COVID-19* Le Parisien



Chronologie de la maladie



* Certaines personnes sont atteintes de la maladie mais ne développent pas de symptômes.

LP/INFGROPHIE.

Source : Le Parisien