

COVID-19

PRÉPARATION ET INTERVENTION DANS LES LIEUX DE DÉTENTION

MESURES DE PRÉCAUTION

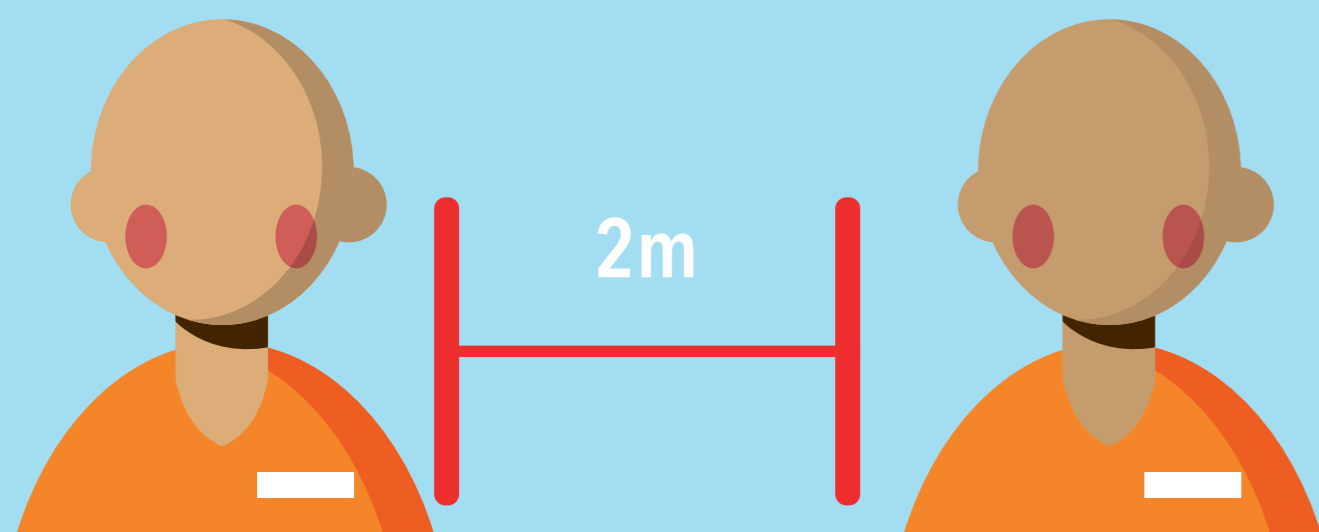


LAVEZ

Lavez-vous souvent les mains avec du savon et de l'eau, surtout avant de manger, et avant et après avoir été aux toilettes.

ÉVITEZ

Ne touchez pas votre visage avec vos mains. Les mains touchent de nombreuses surfaces qui peuvent être contaminées par le virus. Si vous touchez n'importe quelle partie de votre visage avec vos mains malpropres, vous pouvez transférer le virus de la surface à vous-même.



DISTANCE

Gardez une distance physique d'au moins deux (2) mètres entre vous et d'autres personnes (si possible) et évitez tout contact physique non essentiel - en particulier si la personne tousse, éternue ou a de la fièvre.

ATTENTION

Si vous tousssez ou éternuez, faites-le dans le creux de votre coude, et non pas dans votre main. Une autre façon est de tousser ou d'éternuer dans un mouvoir et le jeter ensuite dans la poubelle. Dans les deux cas, lavez-vous immédiatement les mains avec du savon et de l'eau.



PROTEGEZ

Si vous avez des symptômes du COVID-19 ou observez d'autres personnes présentant ces symptômes, informez immédiatement l'administration pénitentiaire et consultez un médecin.

RESTEZ CALME

Restez calme et suivez les instructions écrites et verbales données par le personnel de prison.



COMMENT SE LAVER LES MAINS?



MOUILLEZ VOS MAINS ET FERMEZ LE RUBINET



APPLIQUEZ DU SAVON



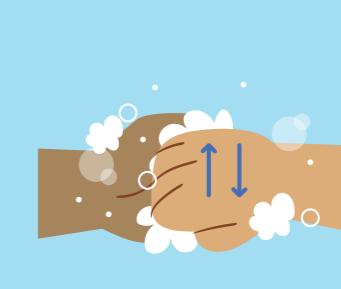
FROTTEZ



LAVEZ LE DOS



FROTTEZ ENTRE LES DOIGTS



FROTTEZ LE BOUT DES DOIGTS CONTRE LA PALME OPPOSÉE



LAVEZ LES POUCES



LAVEZ LES ONGLES



RINCEZ



SÉCHEZ AVEC UN PAPIER OU UNE SERVIETTE



UTILISEZ DU PAPIER POUR FERMER LE RUBINET



VOS MAINS SONT PROPRES