

Ti Pa Ti Pa Marivé !

avec les gestes barrières partout et tout le temps



Se laver les mains régulièrement

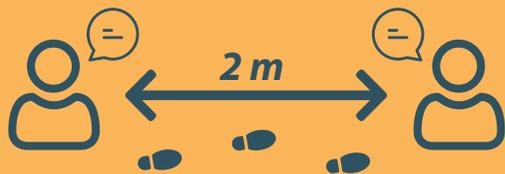
f YouTube Ti Pa #1 Comment se laver les mains ?



À l'eau et au savon au moins 30 secondes et plusieurs fois par jour. Sans savon disponible, j'utilise une solution hydro-alcoolique.

Au moins 2 mètres de distance

f YouTube Ti Pa #2 La bonne distance



Avec sa famille, avec ses ami.e.s, au travail et dans les lieux publics, même quand on discute ou quand on se dit bonjour. (Pas de bise, pas de poignée de main).

Bien porter son masque homologué

f YouTube Ti Pa #3 Le port du masque



*Porter uniquement les masques :
- en tissu homologués type afnor 1, vendus dans le commerce, lavables
- chirurgicaux
- FFP2 masque canard

En couvrant le nez, la bouche et le menton.

Et surtout ne pas le jeter dans la rue !

En vidéo sur les réseaux sociaux

f Page @irepsreunion

YouTube Chaîne IREPS REUNION

www.lareunion.ars.sante.fr



Avec la collaboration de Santé Publique France

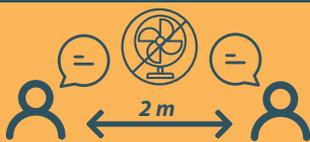
03/03/2021

Ti pa #1 Comment se laver les mains ?



- 1 Commencer par bien mouiller les mains puis savonner (de préférence avec du savon liquide).
- 2 Prendre le temps de frotter les paumes, les pouces, les ongles, le dos des mains et entre les doigts.
- 3 Rincer les mains.
- 4 Sécher-les à l'aide d'un essuie-main (de préférence à usage unique).

Ti pa #2 La bonne distance



2 mètres de distance, c'est environ 2 grands pas dans toutes les circonstances. Être si possible au maximum à l'extérieur. Si ce n'est pas le cas, faire des courants d'air pour aérer un maximum les pièces. Ne pas utiliser de ventilateurs.

Ti pa #3 Le port du masque homologué



- 1 Se laver les mains avant de mettre son masque et après l'avoir retiré.
 - 2 Mettre et enlever le masque en le prenant par les lanières.
 - 3 Couvrir absolument le nez, la bouche et le menton.
 - 4 Une fois posé, éviter de le toucher.
- Après utilisation, le jeter dans une poubelle et se laver les mains. S'il est en tissu homologué afnor type 1, le laver à 60° pendant 30 min.

Attention aux 5 situations à risques !



Dans une journée au travail, voici les 5 moments où il faut être le plus vigilant :

- 1 Si vous faites du covoiturage, tout le monde doit bien porter son masque pendant tout le trajet. Si possible, rouler fenêtres ouvertes.
- 2 Si vous avez des vestiaires, garder le masque.
- 3 Pendant la pause, garder bien une distance de 2 mètres avec vos collègues.
- 4 Pendant le déjeuner, avoir une distance de 2 mètres avec vos collègues.
- 5 Pendant la pause cigarette à l'extérieur, il est toujours aussi important de garder une distance de 2 mètres avec vos collègues. La fumée propage le virus sur une plus grande distance.

En vidéo sur les réseaux sociaux

Page @irepsreunion

Chaîne IREPS REUNION

www.lareunion.ars.sante.fr



Avec la collaboration de
Santé Publique France