

MESURES BARRIERES

Covid 19



PREALABLE

- Demander aux parents de ne pas mettre l'enfant à l'école si à de la fièvre, des symptômes respiratoires et une fatigue inhabituelle ou si une personne de la famille présente ces symptômes
- Un enseignant de travaille pas s'il présente lui aussi ces symptômes
- Une seule personne pour venir chercher un enfant (si besoin de rentrer dans l'école)
- Interdire l'entrée de l'école aux personnes non indispensables
- Exiger pour tous un lavage de mains avant l'entrée dans l'école et si possible le port du masque

Lavage des mains

- Le plus souvent possible
- Dès l'arrivée à l'école afin de ne pas apporter le virus de l'extérieur, puis lavage de mains à chaque récré, le midi à la sortie puis à la reprise des cours et dès que quelqu'un se mouche ou touche son nez
- Les mains sont nues (pas de vernis, bijoux, montre, manches longues)



Lavage des mains

- Comment ?

- Eau + savon liquide

à préférer pour les enfants qui
mettent la main à la bouche

- Mouiller les mains
- Faire mousser minimum 30 secondes
- Frotter partout, entre les doigts, pouces, dessus mains, poignets, ongles...
- Rincer
- Sécher soigneusement si possible avec papier UU, en tamponnant

Les Gestes Barrières

Bien se laver ses mains

Lave-toi les mains le plus souvent possible
et barre la route aux microbes !

Fiche éducative



Mais aussi !

- Partage ta routine avec tes amis et ta famille.
- Assure-toi que tes frères et soeurs font les bons gestes.
- Lave-toi les mains le plus souvent possible.
- Évite de te toucher le visage avec tes mains.
- Éternue dans ton coude ou dans un mouchoir.
- Tousse dans ton coude, ou protège ta bouche.

Sèche-toi les mains avec une serviette propre !



amaenfant.fr



Lavage des mains

- Comment ?

Solution hydro alcoolique à utiliser sur peau saine, non lésée, et sèche

Elle est efficace sur le virus du COVID, sur la peau.

Elle n'est pas efficace sur les surfaces (ex : gants, table...)

- Mettre la dose adaptée dans le creux de la main
- Frotter partout, entre les doigts, pouces, dessus mains, poignets, ongles...jusqu'à l'obtention de mains sèches
- La solution hydroalcoolique contient de la glycérine qui protège les mains
- Le risque pour les enfants est l'absorption par voie orale et la projection dans les yeux, donc **ne pas laisser à portée des petits**



La comptine du lavage des mains

Mouille tes mains et mets du savon dans ta paume



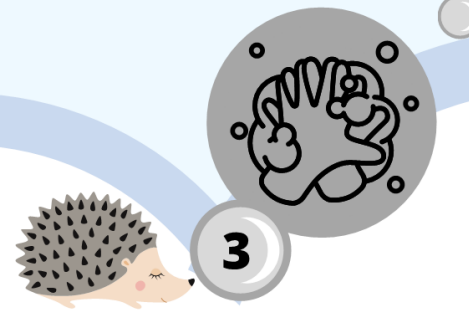
Il pleut,
il y a des nuages

Frotte tes paumes entre elles



Le serpent glisse
sur le sol

Frotte tes doigts entrelacés



Le hérisson sort
ses piquants

Frotte le dessus de tes mains



L'ours se frotte
contre l'arbre

Le ver de terre gigotte
dans son trou



Frotte tes pouces

La poule picore
des graines



Frotte tes ongles dans la paume de ta main

Le koala s'accroche
à sa branche



Frotte tes poignets

Après la pluie,
le soleil revient



Rince et sèche tes mains

Les gants

- Leurre
- Dangereux



Youtube Une infirmière montre comment le virus peut se répandre même avec des gants

Le masque

- *Comment le mettre?*
 - Lavage de mains
 - Prendre le masque par les cordons, l'élastique
 - Bien le positionner sur le nez et la bouche et le menton
 - Si possible marquer le nez
 - Attention, le mettre à l'endroit (couleur à l'extérieur, barrette pour le nez en haut)



Le masque

- *Comment l'enlever ?*
 - Lavage de mains
 - Toujours retirer le masque en commençant par l'arrière de la tête ou les oreilles
 - Ne jamais toucher l'extérieur du masque : c'est la partie sale
 - Lavage de mains après avoir retiré le masque
 - Si masque remis sur le visage (après avoir bu, ou le repas), à poser sur un papier puis jeter ce papier



Le masque

- *Comment vivre avec le masque ?*

NE JAMAIS TOUCHER LA PARTIE EXTERIEURE

- Si possible à changer toutes les 4h
- Si besoin de l'enlever pour boire ou autre, cf « comment enlever le masque » et le poser si possible sur un papier qui sera ensuite jeter
- Ne pas mettre son masque dans le cou, sous le menton, on respire directement les microbes qui sont dessus
- Au début ce n'est pas très agréable, mais on s'habitue.
- Risque de buée sur les lunettes : varier le pincement sur le nez



Youtube Comment bien mettre un masque par les équipes du CHU de Nantes

Le masque

- *Comment entretenir son masque ?*

Si masque chirurgical : à jeter si possible toutes les 4 heures mais à la journée ça passe, sauf si rhume avec toux et écoulement nasal productif

Le virus se développe dans l'humidité



Le masque

- *Comment entretenir son masque ?*

Si masque tissu (norme AFNOR) :

- Lavage en machine avec une lessive classique, à 60 degrés pendant au moins 30 minutes.
- Séchage est à réaliser dans les 2h qui suivent le lavage au sèche-linge (préférence car sèche rapidement donc limite le développement du virus), ou au sèche-cheveux
- Repassage à la vapeur à une température n'abîmant pas le tissu et les élastiques.
- Le ranger dans un endroit propre et sec
- A jeter à la moindre détérioration



Comment entretenir son masque en tissu ?



- Lavez-le à 60 degrés avec votre lessive habituelle, pendant au moins 30 minutes, au mieux en machine, sinon à la main.

- Séchez-le dans les deux heures qui suivent le lavage, au sèche-linge ou au sèche-cheveux.



- A la moindre détérioration (trou, déformation), vous devez le jeter.

DISTANCIATION SOCIALE

- Respecter 1,5 m, si possible même avec un masque
- Attention sur la pause repas
- Limiter les flux lors des déplacements : vigilance pendant la récréation et dans les toilettes



OBJETS



Chacun doit avoir son matériel

Si matériel commun, à décontaminer entre chaque personne

Idéal serait de préparer les photocopies et de les distribuer sur la table des enfants le soir après les cours : quarantaine pendant quelques heures avant que l'enfant y touche et inversement quand l'instituteur récupère un cahier ou autre des enfants

Décontamination des surfaces et des espaces



- Utiliser un produit virucide et respecter les consignes de dilution et d'utilisation du fabricant et vérifier la date d'expiration (ex Javel)
- Sur les surfaces : laisser sécher à l'air ambiant
- Avant de décontaminer un objet, le laver à l'eau et avec un produit de nettoyage basique. Puis, si possible le plonger 20 mn dans l'eau froide + produit virucide, le rincer puis le faire sécher à l'air libre
- Penser aux poignées de portes, interrupteurs, rambardes, là où les petites mains se posent souvent
- Si possible laver les surfaces chaque jour (idéal 2*/jour)
- Eviter les changements de place, classe entre les enfants
- Aérer la pièce à la pause méridienne en fin de journée

CovidPsy

Pays de Château-Gontier

06 45 18 77 27



Confidentiel
Anonyme
Gratuit

dépassés
angoissés
tensions
sentiment d'impuissance
tristesse
isolement
...

Soutien aux personnes et aux professionnels

Tous les jours : 9h-12h et 14h-20h

Possibilité de laisser un message

Des psychologues vous accompagnent pendant le confinement



GESTES BARRIERES



GESTES BARRIERES



CORONAVIRUS Les 6 gestes pour me protéger et protéger les autres

1 Je me lave les mains : en rentrant chez moi, avant et après chaque repas. Et quand je vais à l'école, en arrivant et à chaque récréation.



● Je verse du savon sur mes mains mouillées et je frotte les paumes, le dessus des mains et les poignets pendant plusieurs secondes.



● Je frotte bien entre les doigts en entretenant mes mains.



● Je frotte chaque doigt en tournant ma main autour.



● Je nettoie mes ongles en les frottant contre ma paume.



● Après avoir rincé mes mains, je les essuie avec un essuie-mains jetable ou je les laisse bien sécher à l'air libre.

2

J'évite de me toucher les yeux, le nez et la bouche.

Facile à dire, mais c'est difficile de se retenir, car c'est un réflexe : en moyenne, on se touche le visage 3000 fois par jour!



3

Je tousse et j'éternue en me couvrant la bouche avec le pli de mon coude. Sinon, les microbes que j'expulse en toussant ou en éternuant restent sur ma main, et je dépose des microbes partout!



4

Je n'échange pas des objets, comme les stylos, les verres, les gourdes, les couverts, les téléphones, les manettes de console... Moi ou quelqu'un d'autre les a touchés, donc ils ne sont pas propres.



5

J'évite les contacts

Pas de bise ou de poignée de main. On peut se dire « Salut! » en parlant, c'est sympa aussi! Et attention aux personnes âgées, très vulnérables.



J'utilise des mouchoirs en papier et je les jette immédiatement après utilisation. Je ne les garde pas dans ma poche! Je me lave les mains après m'être mouché.

6

