

Retour au domicile

CONTENU

Je rentre à domicile	2
Ma santé	2
Hygiène du domicile	3
Produits d'entretien utilisables.....	3
Port de masque.....	3
Consignes d'entretien et de lavage des masques en tissu dont les UNS1 et UNS2	4

Je rentre à domicile

L'entrée est une zone tampon avec l'extérieur, je n'en utilise qu'une pour la maison.

En arrivant dans mon foyer :

1. Je retire mes chaussures et les laisse à l'entrée.
2. Si je suis accompagnée d'un animal domestique pendant ma sortie, je lui nettoie les pattes à l'eau et au savon (attention à ne pas irriter sa peau).
3. Je laisse mes objets personnels fréquemment manipulés (Sac, téléphone, clés,...) à l'entrée (dans un bac, carton ... dédié et non accessible aux enfants et autres membres du foyer).
J'évite de toucher des objets, meubles (avant de me laver les mains).
J'évite tout contact physique avec les autres membres du foyer de mes proches.
4. Je vais directement me laver les mains à l'eau et au savon pendant au moins 20 secondes, et je me sèche les mains.
5. Je désinfecte les objets laissés à l'entrée dont j'aurais besoin dans la maison.
Je les pose sur une zone propre.
6. Je retire mes vêtements.
Je les mets directement dans une poubelle à linge personnelle.
7. Je me douche (corps et cheveux).

NOTE : Cas d'un retour de courses :

Je mets de côté mes produits pouvant rester à température ambiante pendant 3 heures minimum avant de les ranger.

Je supprime les emballages et les cartons.

Je lave les fruits et les légumes à l'eau claire comme en temps normal.

Ma santé

- Je veille à me changer les idées :
 - famille, distractions ;
 - appeler des amis.
 - Si je présente les **symptômes suivants** :
 - **fièvre > 38°** (ou à défaut de prise de température corporelle fiable possible: sensation de fièvre, frissons)
 - **toux ou gêne à la respiration** (essoufflement)
- ⇒ j'appelle le médecin traitant ou à défaut le 15 qui décidera de la conduite à tenir.
- ⇒ Je ne vais pas directement consulter en présentiel chez son médecin traitant ni aux urgences.

Hygiène du domicile

- Nettoyer régulièrement l'ensemble des surfaces avec un détergent classique (au moins une fois par semaine, fréquence à adapter en fonction du nombre de personnes habitant dans le domicile).
- Désinfecter régulièrement les surfaces les plus en contact avec les mains (1 fois par jour)
 - zone de l'entrée ;
 - mobilier : poignées de porte, éviers, toilettes, tables ... ;
 - objets électroniques : Téléphones, tablettes, claviers ... ;
 - objets divers : Lunettes, clés
- Lavage du linge personnel à 60°C pendant 30 minutes minimum avec lessive classique. Si votre linge ne peut être lavé à 60°C, vous pouvez le mettre de côté dans la panier à linge sale pendant au moins 24 heures avant de le laver à la machine à la température recommandée sur l'étiquette.

Produits d'entretien utilisables

- Détergents : savons de ménage classiques.
- Désinfectants :
 - Désinfectants (je vérifie la présence de la norme NF EN 14476).
 - Solution d'eau de javel diluée à 0,5% :
 - diluer 1 volume de javel concentrée à 2,6% avec 4 volumes d'eau ;
 - soit 200ml de javel à 2,6% et compléter avec de l'eau jusqu'à un litre.

Port de masque

Le port de masque n'est pas nécessaire si :

- les règles d'hygiène à domicile et les gestes barrières (distanciation / lavage des mains) sont respectées ;
- vous ne présentez pas de symptômes du Covid-19 (fièvre > 38 ; toux ou gêne à la respiration)

Si vous ne présentez pas de symptômes du Covid-19 mais que vous souhaitez néanmoins porter un masque, vous pouvez porter :

- un masque en anti-postillons à usage non sanitaire de catégorie 1 (UNS1) si vous êtes la seule personne au domicile à porter un masque
- un masque en anti-postillons à usage non sanitaire de catégorie 2 (UNS2) si toutes les personnes du domicile portent également un masque UNS2.

Le masque sert à contenir les postillons, pour protéger les autres personnes et mon environnement, des postillons contaminés que je pourrais propager sur eux et sur les surfaces.

Consignes d'entretien et de lavage des masques en tissu dont les UNS1 et UNS2

Durée d'utilisation maximale : 4 heures.

Manipulation :

La pose, le port et le retrait d'un masque en tissu anti postillon à usage non sanitaire doit s'effectuer en suivant les règles suivantes :

- il est impératif de se laver les mains (à l'eau et au savon et se sécher les mains, à défaut en utilisant un produit hydro-alcoolique) avant toute manipulation d'un masque en tissu ;
- le masque doit être en bon état, il convient de l'inspecter avant de le porter (propre, non abîmé) ;
- appliquer le masque de façon à recouvrir le nez et la bouche et veiller à l'ajuster au mieux au visage, vérifier l'absence de jet d'air dans les yeux lors d'expiration forte.
- le masque ne doit pas être touché tant qu'il est porté ;
- lorsqu'il s'humidifie, le remplacer par un nouveau masque ;
- il est impératif de se laver les mains avant de retirer le masque et après l'avoir retiré ;
- pour retirer le masque : l'enlever par derrière (ne pas toucher le devant du masque), le manipuler uniquement par les élastiques , le placer immédiatement dans un sac prévu à cet usage destiné au nettoyage (ou dans une poubelle si le masque est usé), se laver les mains à l'eau et au savon ou, à défaut, avec un produit hydro-alcoolique ;

si besoin de le retirer pendant une activité (pour boire, manger ou fumer, ..) avant les 4heures d'utilisation, le retirer comme expliqué ci-dessus, et mettre un nouveau masque propre.

Entretien :

Après utilisation, le masque doit être isolé pour être jeté ou pour être lavé. Il est recommandé d'isoler le masque dans un sac plastique à jeter après usage ou dans un sac réutilisable à laver. Dans le cas du sac réutilisable, masque et sac peuvent être lavés ensemble, et dans ce cas, sortir le masque du sac.

Lavage :

Lavage en machine avec programme à 60°C (pendant 30 minutes si possible). Séchage au sèche-linge électrique si possible. Le nombre maximal de lavage possible est indiqué à l'achat. La possibilité de le repasser ou non est indiquée à l'achat.

En fonction de l'évolution de la situation épidémiologique locale, cette stratégie est susceptible d'évoluer ainsi que ses mesures de déploiement.

Titre :

Retour au domicile

Destinataires :

Cellule économie-emploi GNC

Version :

V1

Date de version :

21/04/2020

Numéro de référence DASS NC :

COVID19-3400-00397 du 21 avril 2020

Le directeur
des Affaires Sanitaires et Sociales
de la Nouvelle-Calédonie


Jean Alain COURSE

