

### Confinement au domicile

- Rester dans une pièce spécifique, aérer 3 fois par jour, ainsi que le reste du logement
- Si possible salle de bain et toilettes spécifiques
- Si vous êtes en couple, ne plus faire chambre commune
- Eviter le contact avec les autres occupants
- Visites déconseillées sauf indispensables
- RDV médicaux : prévenir avant le personnel soignant et porter un masque



### Conseil d'hygiène

- Tousser dans le pli du coude
- Se laver les mains fréquemment
- Ne pas toucher les objets communs
- Laver quotidiennement les surfaces telles que téléphone portable (à la lingette), poignées de porte, ...



### Nettoyage

#### Eau de Javel

- Lingettes désinfectantes
- Désinfecter les sols et surfaces à l'eau de javel diluée à 0,5% de chlore actif (1 litre de Javel à 2,6% + 4 litre d'eau)
- Laver quotidiennement les surfaces telles que téléphone portable (à la lingette), poignées de porte, ...
- Ne pas secouer les draps et le linge. Transporter les draps et le linge à laver dans la machine à laver le linge sans dépose intermédiaire dans le logement
- Laver le linge de literie dans une machine à laver avec un cycle à 60°C pendant 30min minimum
- Dans la mesure du possible ne pas utiliser l'aspirateur générateur d'aérosols



### Consignes de surveillance

- Surveillance de la température 2 fois par jour
- En cas d'**aggravation générale** ou en cas de **difficultés à respirer** :  
**Contactez le cabinet au :**  
**Ou le SAMU au 15**
- Surveillance de l'entourage : température, signes respiratoires  
**Ne pas entrer en contact avec les personnes fragiles**

