

Kit grippe A à l'usage du chef d'entreprise

Ce kit est destiné aux entrepreneurs, dirigeants de TPE et PME, artisans, commerçants et professions libérales pour leur permettre d'assurer la continuité de leur activité.



Les gestes de chacun font la santé de tous

Ce kit contient

- Une fiche Dirigeants de TPE-PME, artisans, commerçants, professions libérales, votre activité est-elle prête face à une pandémie de grippe A-H1N1 ?
- Une fiche de préparation à un plan de continuité de l'activité (PCA) en pandémie grippale
- Une fiche sur le télétravail en pandémie grippale
- Une fiche sur les mesures d'hygiène en entreprise en pandémie grippale
- Une affichette sur les mesures d'hygiène en entreprise en pandémie grippale
- Une affichette sur « les gestes simples »

Pour plus d'informations

<http://www.pandemie-grippale.gouv.fr>

Pour toute question concernant la grippe A-H1N1,
vous pouvez contacter le service INFO GRIPPE - 0 825 302 302
(0,15 € TTC/min depuis un poste fixe)





DIRIGEANTS DE TPE-PME, ARTISANS, COMMERÇANTS, PROFESSIONS LIBÉRALES, VOTRE ACTIVITÉ EST-ELLE PRÊTE FACE À UNE PANDÉMIE DE GRIPPE A-H1N1 ?

Voici six questions pour organiser la continuité de votre activité en cas de pandémie grippale. Vous devez préparer votre entreprise pour une pandémie d'une durée de trois semaines, durée prévisible du pic de propagation du virus.

1. Vos équipes sont-elle prêtes ?

- Identifiez pour chaque employé l'ensemble de ses compétences afin d'évaluer les postes et les tâches qu'il peut effectuer au-delà de son attribution actuelle (notamment en prenant en compte ses anciens postes).
- Identifiez pour chaque employé les risques d'absence liés à la grippe A (l'employé sera-t-il disponible en cas de fermeture des écoles, des crèches ?).
- Identifiez les tâches pouvant être effectuées à distance. Répertoriez vos employés équipés pour du télétravail.
- Répertoriez pour chaque employé une adresse mél accessible depuis son domicile, ainsi qu'un numéro de téléphone sur lequel vous pourrez le joindre en cas d'urgence.
- Informez quotidiennement vos équipes durant la pandémie des modifications temporaires dans l'activité (mouvement dans les équipes pour pallier une absence, etc.).

2. Quelles sont les ressources nécessaires à la continuité de l'activité de l'entreprise ?

- Identifiez les fonctions vitales au fonctionnement de l'entreprise durant trois semaines. Par exemple :
 - ouverture et fermeture des locaux ;
 - accueil et prospection des clients.
- Faites des stocks complémentaires pour faire face à une possible difficulté d'approvisionnement.

3. L'entreprise est-elle organisée pour faire face à la grippe ?

- Limitez les risques de contagion dans votre entreprise :
 - faites un maximum de réunions par téléphone ;
 - réduisez les déplacements de vos employés hors de l'entreprise.



4. Comment mettre en place les mesures d'hygiène adéquates ?

- Affichez les mesures d'hygiène personnelles dans l'entreprise pour éviter la contagion (affichettes présentes dans le kit).
- Augmentez la fréquence de nettoyage des parties communes (rampe d'escalier, ascenseur, etc.)

5. Comment maintenir le contact avec le public ?

- Identifiez les membres de votre personnel obligatoirement en contact avec du public durant leur service.
- Constituez un stock de masques FFP2* suffisant pour protéger ces employés durant trois semaines (deux masques par jour x nombre d'employés x vingt-et-un jours).
- Si ces employés sont absents, identifiez dans l'entreprise qui peut les remplacer.
- Augmentez les fréquences de nettoyage des zones en contact avec du public.

6. Que faire si un de mes employés est atteint par le virus ?

- Une personne atteinte du virus A-H1N1 est contagieuse 48 heures avant l'apparition des premiers symptômes et le reste jusqu'à 48 heures après la fin des symptômes.
- Vous devez conseiller à votre employé de rester chez lui durant ce laps de temps.
- Vous devez prévenir du risque de contagion l'ensemble de vos employés qui ont pu être en contact avec cette personne durant les deux derniers jours et nettoyer soigneusement son poste de travail.
- Si son état de santé le permet et si l'employé souhaite continuer à travailler dans l'entreprise, il doit être muni en permanence d'un masque chirurgical* afin d'empêcher la transmission du virus. Son poste de travail ainsi que son environnement doivent être très régulièrement aérés et nettoyés.

***Attention : il existe deux types de masques**

Le masque FFP2 protège les personnes saines d'une contamination extérieure. Pour être efficace il doit être changé toutes les quatre heures.

Le masque chirurgical empêche les personnes contaminées de propager le virus autour d'elles. Il doit également être changé toutes les quatre heures.

Pour plus d'informations :

<http://www.pandemie-grippale.gouv.fr>

Pour toute question concernant la grippe A-H1N1,
vous pouvez contacter le service INFO GRIPPE - 0 825 302 302
(0,15 € TTC/min depuis un poste fixe)





PANDÉMIE GRIPPALE

ORGANISER LA VIE DE L'ENTREPRISE

Accompagner les responsables de TPE dans l'élaboration du plan de continuité d'activité

Chaque hiver, la France connaît une épidémie saisonnière de grippe qui peut toucher de 5 à 15 % de la population pendant 9 à 12 semaines en moyenne. Cette épidémie est localisée et ses conséquences sur la santé sont limitées grâce à l'existence d'un vaccin.

Mais, cette année, la France risque d'être confrontée à une épidémie de plus grande ampleur, causée par un virus grippal nouveau de type A H1N1, encore inconnu du système immunitaire humain et capable de se propager beaucoup plus rapidement à l'échelle planétaire. La pandémie grippale peut alors toucher 1 personne sur 3, entraîner un taux d'absentéisme très important qui désorganise la vie économique. Dans cette situation, et même si le nombre de salariés dans votre entreprise est faible, ceux-ci risquent d'être touchés, tout comme vous-même ainsi que vos fournisseurs et clients. Vous devez bâtir un « **plan de continuité d'activité (PCA)** » qui organise le fonctionnement de l'entreprise pour faire face à cette crise.

Pour établir votre PCA,
il vous faudra :

Vous trouverez sur www.pandemie-grippale.gouv.fr
une méthodologie et des guides pratiques
spécifiques à certaines professions

1. Vous préparer pour prévenir les risques et protéger la santé des travailleurs :

- Informer le personnel sur la pandémie, ses risques et sur les mesures de prévention et de protection individuelle et collective ;
- Instaurer des mesures d'hygiène et de salubrité préconisées par les autorités sanitaires (lavage des mains, désinfection des locaux, mise à disposition de matériel d'hygiène comme des solutions hydro-alcooliques...) ;
- Avoir un stock de masques suffisant pour les salariés.

2. Analyser les missions nécessaires à la continuité de l'entreprise :

- Identifier des personnes pouvant vous relayer, en cas d'empêchement, pour mettre en œuvre le PCA ;
- Identifier les fonctions de l'entreprise devant être maintenues en priorité (tâches de production, de service ou administratives telles que paye des salariés, règlement des factures, suivi des effectifs...), celles pouvant être effectuées à distance et celles pouvant être interrompues durant la crise.

3. Déterminer les effectifs strictement nécessaires à la continuité de l'entreprise :

- Identifier les compétences et postes de travail nécessaires à la production minimale et au maintien en état des installations ;
- Recenser les coordonnées et les moyens de transport des salariés ;
- Envisager la modification des plages d'ouverture ou d'activités pour vous adapter à un taux d'absentéisme élevé (tenir compte des contraintes liées au port du masque, limiter la concentration des personnes...) ;
- Recourir si nécessaire à du personnel extérieur (intérimaires, prêt de main d'œuvre entre entreprises, retraités...) ;
- Envisager le télétravail.

4. Vous réorganiser pour produire :

- Réorganiser le travail (limiter les réunions et déplacements, aménager les horaires de travail...)
- Contacter vos fournisseurs, prestataires, clients... afin de savoir comment ils ont eux-mêmes prévus le maintien de leur activité ;
- Repérer des fournisseurs pouvant remplacer les fournisseurs habituels défaillants.



Les 10 questions essentielles

pour préparer un plan de continuité de l'activité

Pour ne pas conduire à une paralysie progressive de l'activité économique du pays, il est préconisé à toutes les entreprises, y compris les très petites (TPE), d'élaborer un plan de continuité de l'activité (PCA). Ce questionnaire permet de vous y aider.

Fait	En cours	À faire	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1. Avez-vous pris contact avec le médecin du travail ou un organisme de prévention (CRAM, OPPBTP, ARACT...) : construction du PCA, mesures de prévention et de protection, information et formation... ?
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2. Avez-vous désigné une personne pour vous seconder, vous relayer en cas d'empêchement ?
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	3. Avez-vous informé votre personnel sur les risques de la pandémie, les mesures de précaution et le PCA ?
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	4. Avez-vous un stock de masques suffisant ainsi que du matériel d'hygiène et de nettoyage adapté : savon liquide, solutions hydro-alcooliques, papier d'essuyage des mains à usage unique, poubelles étanches... ?
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	5. Avez-vous identifié les fonctions et les personnes strictement nécessaires à la continuité de votre activité ?
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	6. Avez-vous recensé les coordonnées (adresse électronique et numéro de téléphone personnels) et les moyens de transports de vos salariés ?
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	7. Avez-vous prévu d'adapter l'organisation du travail de votre entreprise : horaires, déplacements, réunions, plages d'ouvertures... ?
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	8. Avez-vous repéré et contacté des fournisseurs pouvant remplacer vos fournisseurs habituels ?
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	9. Avez-vous pensé à vos intervenants extérieurs : nettoyage, livreurs, maintenance... ?
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	10. Avez-vous repéré les principaux sites d'information sur le sujet et les numéros de téléphone utiles ?

Pour plus d'informations...

◆ <http://www.pandemie-grippale.gouv.fr>

notamment la rubrique « vous êtes une entreprise » sur l'évolution des mesures prises et préconisées et la conduite du PCA

◆ <http://www.travailler-mieux.gouv.fr>

◆ <http://www.inrs.fr>

◆ <http://www.invs.sante.fr> sur l'évolution de la pandémie grippale

◆ <http://www.inpes.sante.fr> pour télécharger des affichettes et des documents d'informations

Pour toute question sur les Plans de Continuité des Activités (PCA) et/ou sur le droit du Travail, vous pouvez vous adresser au service de renseignement téléphonique :

TRAVAIL INFO SERVICE

0 821 347 347

(0,12 € TTC/min depuis un poste fixe)

Ce service répond à vos questions du lundi au vendredi (hors jours fériés) de 8h30 à 18h30.

Pour toute autre type de question concernant la grippe A H1N1, vous pouvez contacter le service :

INFO GRIPPE

0 825 302 302

(0,15 € TTC/min depuis un poste fixe. Numéro également joignable depuis l'étranger)

Ce service est à votre disposition au minimum du lundi au samedi (hors jours fériés) de 9h à 19h.

PERSONNES RESSOURCES :

Médecin du travail, Inspection du travail, CRAM, ARACT, MSA, Chambres de commerce et de métiers, votre organisation professionnelle.

Travail à distance : le cas du télétravail en pandémie grippale



Une situation de pandémie grippale ne doit pas conduire à une paralysie progressive de l'activité économique du pays. Le travail à distance, notamment le télétravail, lorsqu'il a été organisé au préalable, est une modalité particulièrement efficace dans la mesure où elle permet la continuité de l'activité de l'entreprise tout en protégeant les salariés. Elle limite les déplacements et les contacts et réduit d'autant le risque redouté de contaminations supplémentaires sur le lieu de travail.

Cette fiche s'inscrit dans le cadre des recommandations et dispositions de la circulaire DGT du 18 décembre 2007, ainsi que de la fiche G1 annexée au plan national de prévention et de lutte "pandémie grippale".

Service d'information
du Gouvernement (SIG)
Délégué interministériel
à la lutte contre la grippe aviaire (DILGA)
Ministère chargé du travail (DGT)



Analyse des structures internes

La planification requiert une analyse précise des différentes fonctions et postes internes à l'entreprise. Les questions ci-dessous se posent :

	Catégorie	Fonctions et postes	Effectifs
1^{ère} étape : analyse des fonctions et postes	Fonctions et postes qui pourront être interrompus		
	Fonctions et postes clés qui devront être assurés en toutes circonstances		
2^{ème} étape : la faisabilité	Activité possible uniquement dans les locaux de l'entreprise		
	Travail à distance possible		

Cadre juridique

Le télétravail est une forme d'organisation ou de réalisation du travail, utilisant les technologies de l'information et de la communication dans le cadre d'un contrat de travail et dans laquelle un travail, qui aurait également pu être réalisé dans les locaux de l'entreprise, est effectué hors de ces locaux de façon régulière.

Nécessité d'un accord avec le salarié

Tous les salariés, dès lors qu'ils disposent du matériel nécessaire pour exécuter le travail par télétransmission et que leur travail s'y prête, peuvent être concernés par le télétravail. L'accord national interprofessionnel stipule que des accords de branche ou d'entreprise peuvent préciser les catégories de salariés concernés.

En toute hypothèse, le télétravail en tant que mode d'exécution du contrat de travail est soumis à l'accord du salarié. Cet accord doit être réversible. Le refus ne peut constituer une faute.

Il n'y aura que des avantages à mentionner les conditions d'exécution du télétravail dans le contrat de travail (éventuellement par un avenant). La possibilité pour un salarié d'exercer ses fonctions dans le cadre du télétravail doit être formalisée par un accord écrit :

- ▶ pour des raisons liées à la sécurité juridique des parties ;
- ▶ pour des raisons pratiques liées au nouveau mode d'organisation du travail qui implique le respect du code du travail et des modalités particulières d'organisation du travail (travail à domicile, temps partiel...).

Le matériel nécessaire au télétravail

L'accord national interprofessionnel stipule clairement que l'employeur fournit, installe et entretient les équipements de travail. Dans le cas où le travailleur utilise son propre équipement, l'employeur en assure l'adaptation et l'entretien.

Si le matériel nécessaire au télétravailleur est fourni par l'employeur, ce matériel ne peut être utilisé à des fins personnelles, sauf accord. Dans ce dernier cas, le télétravailleur est responsable du matériel installé chez lui : il en a la charge et répond de sa détérioration. En cas de vol, il doit avertir immédiatement sa hiérarchie.

Le matériel ainsi mis à disposition constitue un prêt. Sauf dispositions particulières définies d'un commun accord, il ne peut être conservé par l'agent à l'issue de l'engagement.

Il importe de veiller à ce que ce mode de travail ne se traduise pas par une charge financière induite pour le salarié.

Exemple d'installations techniques requises pour travailler à domicile

Technologie	Effectifs	Raccordements existants entre le domicile et l'entreprise
Téléphone fixe		
Téléphone mobile		
Ordinateur		
Internet		
Télécopieur		
Licences pour des logiciels spécifiques		
Capacité du serveur		
Sécurité informatique (accès, données...)		

La relation entre le salarié et l'entreprise

Afin que le salarié ne se sente pas isolé, les responsables devront régulièrement l'informer sur la gestion de crise mise en place par l'entreprise et réaliser des points d'étape sur son travail ainsi que sur sa situation personnelle.

Règles d'hygiène et de sécurité au sein des entreprises en pandémie grippale



Une situation de pandémie grippale ne doit pas conduire à une paralysie progressive de l'activité économique du pays. Parmi les mesures collectives et individuelles qui devront être prises par le chef d'établissement et respectées par les travailleurs de manière à éviter les risques de contagion sur les lieux de travail et à garantir une meilleure protection, voici quelques règles à appliquer.

Ces "règles d'hygiène" s'inscrivent dans le cadre des recommandations et dispositions de la circulaire DGT du 18 décembre 2007, ainsi que de la fiche G1 annexée au plan national de prévention et de lutte "pandémie grippale".

Service d'information
du Gouvernement (SIG)
Délégué interministériel
à la lutte contre la grippe aviaire (DILGA)
Ministère chargé du travail (DGT)



Mesures individuelles d'hygiène

Des mesures individuelles d'hygiène peuvent contribuer à ralentir la propagation de la grippe. L'hygiène des mains (lavage des mains) et l'hygiène respiratoire (lorsqu'une personne tousse ou éternue) devront être appliquées rigoureusement. A ce titre, l'employeur devra informer et former les salariés aux mesures d'hygiène et de sécurité à mettre en œuvre ainsi qu'au port des équipements de protection individuelle (en particulier les masques) pour une utilisation efficace .

Mouchage, éternuements, expectoration, toux

Le virus de la grippe se transmet principalement par voie aérienne, notamment par les gouttelettes respiratoires (postillons, éternuement, toux), mais il peut se déposer sur les mains des malades et sur des surfaces (objets, mobiliers, vêtements, ...). Il est donc impératif de respecter les règles d'hygiène de base des voies respiratoires :

- ▶ se couvrir la bouche chaque fois que l'on tousse ;
- ▶ se couvrir le nez et la bouche chaque fois que l'on éternue ;
- ▶ se moucher avec des mouchoirs en papier à usage unique, jetés dans une poubelle, si possible recouverte d'un couvercle ;
- ▶ ne cracher que dans un mouchoir en papier à usage unique, jeté dans une poubelle, si possible recouverte d'un couvercle.

Se laver régulièrement les mains



Il faut se laver les mains au savon, de préférence liquide (vendu dans le commerce), ou avec des produits hydro-alcoolique (vendus en pharmacie), durant au moins 30 secondes et se sécher les mains avec une serviette personnelle ou jetable.

Ce geste doit être fait soigneusement et répété très souvent dans la journée.

Quand se laver les mains systématiquement ?

- ▶ après être allé aux toilettes, s'être mouché ou avoir toussé, éternué, craché... ;
- ▶ avant de manger ;
- ▶ en rentrant au domicile.

Comment bien se laver les mains ?

La méthode est importante. Le savon seul ne suffit pas à éliminer les germes. C'est la combinaison du savonnage, frottage, rinçage et séchage qui permet de se débarrasser des germes



frottez les ongles et le bout des doigts



frottez la paume des mains



frottez entre les doigts



frottez à l'extérieur des mains



Les masques

Selon le risque d'exposition, 2 types de masques pourront être préconisés :

- ▶ **Le masque anti-projections dit "masque chirurgical"**. Il est destiné à éviter la projection, par le porteur, de sécrétions des voies aériennes supérieures ou de salive pouvant contenir des agents infectieux transmissibles par voie de gouttelettes ou par voie aérienne. Il pourra être préconisé pour les salariés exposés au virus, notamment du fait du contact avec leurs collègues dans l'entreprise, sans que le risque soit aggravé par une organisation particulière du travail. Il pourra être préconisé dans les espaces publics et les transports en commun ;
- ▶ **Le masque de protection respiratoire (FFP2)** est un masque filtrant destiné à protéger le porteur contre les risques d'inhalation d'agents infectieux, transmissibles par voie aérienne. Dans le cadre de la pandémie grippale, le choix des autorités de santé s'est porté sur des masques de type FFP2 à usage unique, pour les personnels de soins et pour les personnes à risque d'exposition aggravé, par exemple les salariés exposés régulièrement à des contacts étroits avec le public. (Proximité de moins de deux mètres d'une personne malade, densité de personnes dans ce rayon de proximité, densité de personnes infectées dans le même rayon, confinement, absence de remplacement des personnes dans ce rayon...).

Pour être efficace, le masque doit :

- ▶ être correctement placé sur le visage, avec un ajustement de la barrette nasale. Notons que la protection sera moindre en cas de port d'une barbe même courte, compte tenu d'une moindre étanchéité au visage ;
- ▶ être stocké dans un endroit tempéré et sec ;
- ▶ être jeté après chaque utilisation et au maximum après chaque journée de travail ;
- ▶ être utilisé dans la limite de la date de péremption indiquée sur la notice.



placez le masque
sur votre visage
et attachez-le



moulez le
sur la racine
du nez



abaissez
le bas du masque
sous le menton



Mesures collectives de protection : exemple d'organisation de travail

Eviter au maximum les contacts physiques entre personnes

- ▶ Réduire les possibilités de contacts physiques entre personnes par une diminution des possibilités de présence simultanée au même endroit au profit de solutions alternatives :
Privilégier systématiquement l'utilisation du téléphone ou du courrier électronique et l'organisation de vidéoconférences pour les affaires courantes et les commandes, même si les personnes concernées travaillent dans le même bâtiment.
- ▶ Eviter tous les déplacements et entretiens ou réunions n'ayant pas une importance critique. Refuser ou différer les congrès, séminaires, séances de formation continue, etc. Toutefois si ces réunions s'avéraient indispensables, chacun devra respecter les règles d'hygiène et maintenir le respect d'une distance de protection sanitaire (2 mètres – avis du Conseil supérieur d'hygiène publique de France).
- ▶ Renoncer aux poignées de main.
- ▶ Dans toute la mesure du possible, éviter de prendre l'ascenseur.

Courrier interne

- ▶ Confier la distribution du courrier reçu à une personne spécifique (dont la suppléance est organisée) au lieu de faire venir en un même endroit plusieurs personnes pour chercher le courrier reçu.
- ▶ Déposer le courrier sortant à un endroit indiqué.
- ▶ La personne chargée de la distribution du courrier doit se laver les mains avec du savon très régulièrement.

Entretiens et réunions (si indispensables)

- ▶ Faire le plus court possible.
- ▶ Choisir une grande salle de réunion et maintenir une distance d'au moins 2 mètres entre les personnes.
- ▶ Eviter les contacts directs ; pas de poignées de main.
- ▶ Eventuellement, se rencontrer ou se réunir en plein air.

Hygiène des locaux

- ▶ Aérer régulièrement les locaux en ouvrant les fenêtres et les portes.
- ▶ Nettoyer comme en temps normal les locaux. Il suffit de nettoyer les surfaces et les sols lavables avec des détergents.
- ▶ Les surfaces que le public et le personnel sont amenés à toucher très fréquemment (Par exemple : rampes d'escalier, poignées de portes, toilettes et lavabos, claviers....) doivent être identifiées et nettoyées de façon renforcée et quotidienne.

Cafétéria, restaurant d'entreprise, etc.

Ouverture des salles de restauration

- ▶ Élargir la plage horaire d'ouverture ;
- ▶ Établir des horaires de passage par groupes de consommateurs pour en réguler le flux ;
- ▶ Organiser une circulation des consommateurs de l'entrée à la sortie de manière à limiter les contacts ;
- ▶ Espacer les convives, en respectant la distance de protection sanitaire de 2 m, en ne gardant par exemple qu'une chaise sur deux ;
- ▶ Favoriser les petites unités en répartissant la clientèle dans plusieurs petites salles si possible ou cloisonner les unités plus importantes.

Distribution de plateaux repas

Les plateaux repas pourraient répondre à des besoins spécifiques. Pour des raisons de logistique liées à un volume de production instantanée important, visant à répondre à de larges besoins dans une situation de crise, les plateaux repas concerneront a priori de petites unités de production.

Ils devront être servis de préférence en salle de restauration.

Alimentation via la "gamelle" personnelle

Pour l'apport individuel de repas, par « gamelle », boîte plastique hermétique, ou de sandwiches, le repas pourra être pris de préférence au restaurant. Les responsables des administrations et entreprises devront prendre toutes dispositions pour limiter la proximité à l'occasion de ces prises individuelles de repas, permettre le stockage au froid et le réchauffage des plats dans le respect strict des règles d'hygiène.

Distribution automatique et vente à emporter

Cette distribution et cette vente ne peuvent venir qu'en appoint en proposant sandwiches, snacking divers, salades, viennoiseries, ainsi que boissons froides et chaudes.

Transports publics

- ▶ Il sera possible de continuer à utiliser les transports publics, mais en se conformant aux règles d'hygiène et de comportement recommandées par les autorités et les entreprises de transport.
- ▶ Si certains services de transport sont suspendus, il faudra donc se tenir informé et le cas échéant, prévoir d'autres moyens de déplacements (marche, vélo, voiture personnelle, navettes professionnelles ou communales....).

HYGIÈNE DES MAINS SIMPLE ET EFFICACE



Mouillez-vous les mains avec de l'**eau**



Versez du **savon** dans le creux de votre main



Frottez-vous les mains de 15 à 20 secondes : les **doigts**, les **paumes**, le **dessus des mains** et les **poignets**



Entrelacez vos mains pour nettoyer la zone **entre les doigts**



Nettoyez également les **ongles**



Rincez-vous les mains **sous l'eau**



Séchez-vous les mains si possible avec un **essuie-main** à usage unique



Fermez le robinet avec l'**essuie-main** puis jetez-le dans une poubelle

Si vous n'avez pas d'eau ni de savon, utilisez une solution hydroalcoolique pour adopter les mêmes gestes (étapes 2, 3, 4 et 5). Veillez à vous frotter les mains jusqu'à ce qu'elles soient bien sèches.

Les gestes de chacun font la santé de tous

GRIPPE

DES GESTES SIMPLES POUR LIMITER LES RISQUES DE TRANSMISSION



**LAVEZ-VOUS LES MAINS
PLUSIEURS FOIS PAR JOUR**

AVEC DU SAVON OU UTILISEZ UNE SOLUTION HYDROALCOOLIQUE



**LORSQUE VOUS ÉTERNUEZ OU TOUSSEZ,
COUVREZ-VOUS LA BOUCHE ET LE NEZ
AVEC VOTRE MANCHE**

OU UN MOUCHOIR À USAGE UNIQUE



**EN CAS DE SYMPTÔMES GRIPPAUX,
APPELEZ VOTRE MÉDECIN TRAITANT**

CONTACTEZ LE 15 UNIQUEMENT EN CAS D'URGENCE

Pour toute information

0 825 302 302

(0,15 euro/min depuis un poste fixe)

www.pandemie-grippale.gouv.fr

Les gestes de chacun font la santé de tous



www.inpes.sante.fr
inpes
Institut national
de prévention et
d'éducation pour
la santé

