

# COMMENT AIDER SANS SE METTRE EN DANGER?

A lire impérativement. Il est important de ne pas être propagateur/trice et vecteur/trice du virus. Vouloir bien faire, ce n'est pas faire n'importe quoi.

## Rappels des règles d'hygiène de base assistance à la personne



### Quels sont les éléments à prendre en compte lors de la livraison d'articles ?

1. Évitez tout contact étroit pour éviter la transmission du virus par voie aérienne.
2. Il est préférable de déposer les objets sur le pallier pour qu'ils soient récupérés une fois que vous vous êtes éloigné à une distance de sécurité (au moins 2 mètres et que l'interaction soit courte). Ils peuvent également faire de même avec les déchets ou tout ce qu'ils ont à vous donner.
3. Manipulez les objets avec précaution afin d'éviter la transmission du virus par les surfaces. Utilisez si possible des gants jetables pour manipuler les articles que vous allez livrer et ceux que vous allez prendre en charge.
4. Le cas échéant, prenez toujours vos précautions : lavez-vous soigneusement les mains. Désinfectez vos mains.
5. Conseillez à la personne aidée de se laver également les mains après avoir déballé les sacs, de les jeter ou de laver les sacs ayant servi.



### Quels sont les éléments à prendre en compte si vous préparez des repas ?

1. Assurez vous que vos mains soient parfaitement lavées et désinfectées.
2. Suivre le même protocole que pour la livraison d'article
3. Si possible, utilisez des emballages jetables pour contenir les aliments ou des contenants lavables et désinfectables facilement.



### Quels sont les éléments à prendre en compte si vous gardez des enfants ou faites de l'aide au devoir ?

1. Lavez et désinfectez vos mains après votre passage.
2. Renseignez les parents que les enfants ne doivent pas être en contact avec des personnes à risques et vulnérables.
3. Évitez de faire un 'brassage' d'enfants, ainsi ne multipliez pas les contacts. Echangez-vous les gardes entre vous, mais si possible toujours les mêmes enfants en contact, et par petits nombres ! Essayez de garder les mêmes enfants. Ne jonglez pas entre différentes familles.



Si vous avez vous-même l'impression d'avoir des symptômes du virus (toux sèche, fièvre, difficultés respiratoires, etc), restez chez vous et suivez les mesures de quarantaine et d'auto-isolément prévue par la Confédération ! Ne propagez pas le virus dans vos quartiers.



En cas de doute, consultez le site de l'OFSP.



Si quelque chose vous semble trop difficile, il vaut mieux ne pas le faire. Personne ne vous force à quoi que ce soit.