

*Voici, dans le contexte du coronavirus, un rappel des gestes simples de prévention qui adoptés au quotidien, permettent de réduire la transmission des infections.*

*Je vous rappelle les affichages en place dans l'école à ce propos.*

*Ces gestes barrières font barrage aux virus et contribuent à se protéger et protéger son entourage.*

- *Le « traditionnel » lavage des mains plusieurs fois par jour à l'eau et au savon.*

*Pour que celui-ci soit efficace, il faut frotter vos mains pendant environ 20 secondes, les rincer pendant 10 secondes et bien entendu bien les sécher.*

*A faire systématiquement :*

*Avant de manger ou de préparer un repas*

*Après avoir pris les transports*

*Après chaque sortie à l'extérieur*

*Après s'être mouché, avoir toussé ou éternué dans ses mains*

*Après être allé aux toilettes*

- *Eternuer et tousser dans son coude ou dans un mouchoir pour éviter la projection des virus.*
- *Utiliser un mouchoir à usage unique pour se moucher et le jeter immédiatement dans la poubelle*
- *Eviter de partager votre bouteille d'eau, verres, couverts...*

*Réserver Les solutions Hydroalcooliques (SHA) pour l'extérieur, en l'absence de point d'eau disponible. Le temps de friction doit être de 30 secondes, en sachant que ces produits sont à utiliser sur des mains visiblement non souillées.*

*Vous trouverez ces « points » SHA sur chacun des sites de l'école.*

[Martine Flamant De Wilde](#)

[Infirmière scolaire du Lycée Français de Moscou Alexandre Dumas](#)

