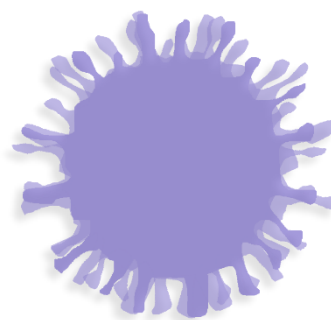




MINISTÈRE  
DE L'ÉCONOMIE  
DES FINANCES  
ET DE LA RELANCE

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*



# COVID19 (Coronavirus)

---


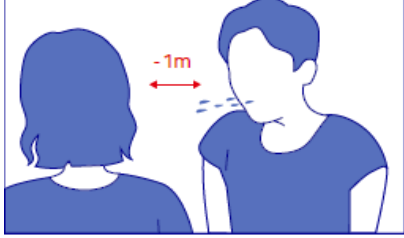

Je travaille au bureau

« Se protéger soi-même et protéger les autres est  
essentiel »

14 Septembre 2020

## RAPPEL GENERAL DES PRECONISATIONS DE BASE

### Les gestes barrières et de distanciation

<p><b>COMMENT SE PROTÉGER ET PROTÉGER LES AUTRES ?</b></p>  <p>Lavez-vous très régulièrement les mains</p> <p>Tousssez ou éternuez dans votre coude ou dans un mouchoir</p> <p>Utilisez un mouchoir à usage unique et jetez-le</p> <p>Salutez sans se serrer la main, évitez les embrassades</p>	<p><b>COMMENT SE TRANSMET LE CORONAVIRUS ?</b> (09/03/2020)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Par la projection de gouttelettes</li> <li>• Face à face pendant au moins 15 minutes</li> </ul> 	
<p>Les gestes barrières</p>	<p>Les règles de distanciation</p>	<p>En fonction des situations, port du masque. Il vient toujours en complément des autres mesures et se généralise</p>

<p><b>Je me lave les mains avec du savon</b></p> <p><b>Pendant 30 secondes</b> en me frottant les ongles, le bout des doigts, la paume et l'extérieur des mains, les jointures et les poignets.</p> <p><b>En moyenne toute les heures</b> et surtout :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Avant</b> de boire, de fumer, d'aller manger, de préparer à manger</li> <li><b>Après</b> être allé aux toilettes, un trajet en transport en commun</li> </ul> <p><b>Je les sèche de préférence avec une serviette ou un mouchoir jetable</b></p> <p>En l'absence d'accès immédiat à un point d'eau l'utilisation d'une solution hydro-alcoolique est efficace si les mains sont propres et sèches et après avoir vérifié l'absence de contre-indication.</p>	
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------

**Si je présente des symptômes qui me font penser au COVID-19 :  
(toux, fièvre, difficultés respiratoires, symptôme ORL, perte du goût de l'odorat)**

**Je ne me rends pas au bureau**

**J'appelle un médecin ou j'appelle le numéro de permanence de soins de ma région.**

**J'en informe mon responsable hiérarchique**

## LE TRANSPORT JUSQU'AU LIEU DE TRAVAIL

### Privilégier les transports individuels

- Véhicule personnel  
De préférence, voyagez seul dans votre véhicule personnel  
En cas de covoiturage, un seul passager à l'arrière en diagonale (avec masque grand public pour les deux passagers)
- Deux roues
- A pied

**Dans la mesure du possible, je voyage seul pour me rendre sur mon lieu de travail**

### Si je dois utiliser les transports en commun

- Je porte un masque alternatif grand public: il protège les autres et les autres me protègent. Il est un complément aux autres mesures barrière et de distanciation. Si je porte un masque je respecte les recommandations d'utilisation (cf. infra)
- J'évite les heures de pointe
- J'aménage mes horaires
- Je prends les mesures de précautions d'usage, distanciation de 1 m avec les autres passagers, et j'adopte les mesures barrières

## AU BUREAU

### J'arrive au bureau

1. Dès que j'arrive dans l'immeuble, je porte un masque. Avant de toucher aux points de contact (boutons d'ascenseur, poignées de porte du service ...), je me lave les mains et arrivé(e) à mon bureau je me relave les mains.
2. Je nettoie mon clavier ma souris et mon téléphone et équipements assimilés avec une lingette pré imprégnée ou un essuie mains à usage unique imbibé d'alcool ménager ou tout produit désinfectant ménager courant (de type Ajax sans javel, sanythol, brioquin, Mr Propre désinfectant...);
3. Je pense à nettoyer mon téléphone portable personnel et professionnel ;
4. J'évite de mettre par terre mes affaires personnelles, mon sac ou mon cartable sont mis dans mon vestiaire ou dans un tiroir.

## La circulation dans les services

### 1. Je garde le masque

2. Je laisse les portes ouvertes pour ne pas avoir à manipuler les poignées / exceptée celles contribuant au compartimentage incendie ;
3. Je respecte les distances de sécurité et j'évite les conversations dans les couloirs ;
4. Je respecte les consignes qui ont été données pour aller chercher le courrier afin d'éviter l'affluence dans ces espaces communs ;
5. Si je prends un ascenseur, le nombre maximum d'occupants est de deux personnes, je respecte la distanciation d'au moins 1m voire plus (position en diagonale).
6. J'évite d'utiliser les équipements de type distributeur de boisson, fontaine à eau présents sur site, car les surfaces ne sont pas forcément propres.

## Recommandations générales à mon poste de travail

1. J'évite d'avoir trop de documents sur mon bureau pour limiter la contamination manu portée ;
2. Je me lave les mains au moins toutes les heures ;
3. Je ne passe pas mon combiné téléphonique à un autre collègue ;
4. Afin de limiter la contamination manu portée, j'évite de me toucher le visage, de grignoter pendant mon travail ;
5. J'aère le bureau 3 fois par jour 15 minutes si mon bureau comporte des ouvrants ;
6. Pendant la période de chaleur, je n'utilise pas les ventilateurs, ni les climatiseurs mobiles, ni aucun matériel individuel qui produit artificiellement des mouvements d'air.

## Organisation générale des postes de travail

### ➤ Je suis seul (e) dans mon bureau

1. Je peux enlever le masque, dès qu'une personne rentre dans mon bureau quel que soit la durée et la distance à laquelle il se trouve je mets le masque
2. Je reste à mon bureau individuel et j'évite de me déplacer dans les autres bureaux sans nécessité ;
3. Pour les échanges oraux, je privilégie le téléphone, en cas de nécessité, je veille à observer une distance d'au moins 1 m et lorsque je me déplace en dehors de mon bureau, je porte un masque

➤ **Je suis en bureau collectif**

1. J'examine avec mon responsable, s'il est possible de m'installer dans un bureau individuel ;
2. Dans un espace collectif, **je porte un masque** et je respecte la règle de distanciation.

Le Haut Conseil de Santé Publique (HCSP) recommande de respecter une distance physique d'au moins 1 mètre (dans un espace sans contact d'environ 4 m<sup>2</sup> par personne au minimum à chaque fois que cela est possible) en évitant le croisement ou regroupement des personnes.

Le nombre de personnes autorisées dans les zones de travail sera dépendant des organisations définies et de la capacité à respecter cette distanciation physique.

Pour respecter les préconisations du HCSP, les postes de travail pourront être espacés de 2 mètres, les agents installés à 2 par marguerites, en diagonale. Il est aussi possible de disposer d'une cloison en plexiglas entre les postes de travail.

Au besoin je demande à déplacer mon bureau pour respecter cette règle ;

3. Je limite au strict nécessaire les déplacements hors de mon poste de travail ;
4. Pour les échanges oraux, je privilégie le téléphone en cas de nécessité, je veille à observer une distance d'au moins 1 m même avec un masque
5. Je veille à prendre régulièrement des pauses, par rotation au sein du service pour pouvoir retirer mon masque pendant une dizaine de minutes toutes les deux heures. Ces pauses seront idéalement effectuées à l'air libre, à l'extérieur des locaux de travail en veillant à éviter les regroupements.

**Les autres situations**

➤ **Je suis amené(e) à manipuler du papier, du courrier, des colis, de l'argent**

Au niveau des connaissances actuelles, on sait que le virus ne se multiplie pas sur une surface inerte et perd en virulence au cours du temps et qu'il est peu présent sur le papier ;

**Il est donc recommandé de manipuler papier et autre support en veillant à ne pas porter les mains aux visages et d'aller se laver fréquemment des mains** avec de l'eau et du savon ou du gel hydro alcoolique ;

Comme il est d'usage, lors de manipulation ou d'ouverture importante d'enveloppes, de colis, d'emballages, les gants peuvent être utilisés afin d'éviter les microcoupures mais ils devront être changés régulièrement en veillant à respecter les recommandations pour les enlever, les mains devront être lavées. **Pendant toutes ces opérations, il faut éviter de porter les gants au visage.**

**Attention : les gants ne protègent pas du virus. Un gant souillé porté au visage est tout autant vecteur possible de contamination que les mains.**

**Pendant ces opérations de manipulation, il faut éviter de grignoter, manger du chewing-gum et boire afin d'éviter tout contact manu porté.**

➤ **Je suis amené(e) à utiliser un ordinateur commun**

Cette situation est à éviter le plus possible

1. Je me lave les mains au savon avant d'utiliser le clavier et la souris et de suite après. Je peux aussi utiliser du gel hydro alcoolique s'il a été mis à disposition.
2. Je nettoie le clavier et la souris avec une lingette pré imprégnée ou un essuie mains à usage unique imbibé d'alcool ménager ou tout produit ménager avant et après son utilisation.
3. Une fois le matériel utilisé, je pense à nettoyer le matériel.

➤ **Je suis amené(e) à utiliser une photocopieuse une imprimante partagée**

Avant d'utiliser un matériel d'impression partagé, j'utilise le gel hydro alcoolique qui a été mis à ma disposition.

➤ **Les réunions**

1. J'évite les réunions en présentiel et au besoin réalise celles-ci en audioconférence ou visioconférence.
2. Dans le cas où elles sont indispensables :
  - Je garde le masque
  - Je préfère une salle avec des ouvrants sur l'extérieur
  - Je me lave les mains avant de me rendre à la réunion et de retourner dans mon bureau, j'utilise le gel hydro alcoolique s'il a été mis à disposition
  - Je respecte l'emplacement des chaises qui ont été préalablement installées, afin de respecter les règles de distanciation
  - A la fin de la réunion, la pièce est aérée s'il elle dispose d'ouvrants

➤ **Je me rends aux toilettes :**

J'utilise les toilettes et je me lave les mains selon les gestes recommandés, en refermant le robinet avec un papier ou avec mon coude.

**Je respecte les règles de distanciation et les gestes barrières en toutes circonstances**

**Je dois recevoir un usager dans un local dédié**

*Je me conforme aux règles qui m'ont été présentées au regard des aménagements particuliers réalisés pour permettre de prévenir les risques de contamination lors de la réception du public (par exemple pose de plexiglas).*

**1. A LA PRISE DE RENDEZ VOUS :**

- Je vérifie la pertinence de ce rendez-vous.
- Je fixe l'heure du rdv et j'invite la personne à amener son propre stylo et l'informe qu'elle doit venir de préférence seule avec un masque (selon les dispositions réglementaire de l'obligation du port du masque dans les établissements recevant du public)

## **2. AVANT L'ACCUEIL DE L'USAGER**

- J'installe la chaise visiteur afin qu'elle soit à bonne distance. Préférer une chaise sans accoudoir ;
- Je me lave les mains en arrivant au bureau à l'aide d'une solution hydro alcoolique ;
- Je nettoie avec des lingettes pré-imprégnées ou d'un essuie mains à usage unique imbibé d'un produit désinfectant, les surfaces qui vont obligatoirement être touchées :
  - Écran, clavier, souris, imprimante/mopieur, téléphone, lampe de bureau ;
  - Plan de travail, accoudoirs de fauteuil ;
  - Poignées et boutons de portes, commandes d'éclairage.

## **3. PENDANT L'ACCUEIL DE L'USAGER**

- Je limite la réception à une seule personne.
- Je laisse la (les) porte (s) du box ouverte, surtout s'il ne possède pas d'ouvrant vers l'extérieur ;
- Le port d'un masque de protection est obligatoire il vient en complément de certaines situations pour renforcer la prévention. Le respect des gestes barrières et de distanciation est impératif, le masque vient en complément.
- L'utilisateur a l'obligation de porter un masque grand public ;
- Je porte un masque, je respecte les recommandations d'utilisation (cf. Infra)
- Je maintiens la distance de sécurité de 1 m minimum; la chaise visiteur (sans accoudoir) aura été positionnée pour maintenir cette distance ;
- Je mets à disposition de la personne accueillie du gel hydro alcoolique ; je l'invite à l'utiliser. En l'absence de gel, je l'invite à aller se laver les mains.
- J'évite le contact de la main à la main lorsque des papiers sont échangés ;
- Je limite le temps de réception au strict nécessaire ;
- J'utilise mon propre stylo, si nécessaire, je mets à disposition de l'utilisateur un stylo dédié qui fera l'objet systématiquement d'une désinfection à l'issue de la réception de celui-ci ;

## **4. APRES LA RECEPTION DE L'USAGER**

- Je me lave les mains à l'aide d'une solution hydro alcoolique à l'issue de la réception de l'utilisateur ;
- J'aère régulièrement des box d'accueil qui possèdent un ouvrant selon une fréquence adaptée à l'affluence
- Je désinfecte tous les éléments qui ont pu être en contact direct avec l'utilisateur (en particulier le plan de travail).

## Restauration sur le lieu du travail espace coin repas détente

1. Je respecte les consignes d'organisation (horaires décalés, nombre maximum de personnes dans le local dédié...);
2. Les moments de convivialité, pots sont à éviter pour le moment;
3. J'enlève mon masque une fois que je suis en position assise pour manger ou boire. Je respecte la règle de distanciation de plus de 1 m avec mes collègues, et je respecte l'implantation des chaises qui ont été délimitées, j'évite la position en face à face.
4. Je me lave les mains avant toute prise de repas ;
5. Si je prends mon repas sur place :
  - Je nettoie la table où je vais me restaurer avec un essuie-mains à usage unique imbibé d'alcool ménager ou tout produit désinfectant avant et après la prise de repas. Les torchons en tissus sont interdits ;
  - Si j'utilise micro-ondes, cafetière, bouilloire, réfrigérateur, je nettoie les points de contact voire l'intérieur (four micro-ondes) avant et après leur utilisation ;
  - J'utilise mes propres ustensiles (gobelet, couverts, assiette) pour manger. Dans le cas où le matériel n'est pas à usage unique, je le rince au bureau et le lave au retour au domicile.
6. **J'évite d'utiliser les équipements de type distributeur de boisson, fontaine à eau présents sur site, car les surfaces ne sont pas forcément propres.**
7. **Si je fais une pause en extérieur, le masque peut être enlevé mais je garde mes distances et applique les gestes barrière**

**Si je me rends dans un espace de restauration collective, je porte un masque et je me conforme aux règles édictées par le gestionnaire**

## Une personne de mon service présente des signes qui font penser à un début d'infection à Covid-19 La personne tousse, a de la fièvre, frissonne

1. Je me tiens à distance de la personne à plus de 1 m et je garde mon masque ;
2. Je l'invite à se mettre dans une pièce isolée à vérifier qu'il porte un masque (masque chirurgical de préférence) et je l'invite à se laver avec du gel hydro alcoolique et appelle mon responsable (ou le service de sécurité et de secours du bâtiment s'il en existe un) ;
3. Je rassure la personne et la tiens au courant ;
4. Mon responsable renvoie l'agent à son domicile en s'assurant que, médicalement, il peut retourner chez lui sans risque, il peut appeler un médecin de ville ou faire le 15 si les symptômes sont inquiétants (malaise, difficultés respiratoires) ;
5. Le médecin de prévention est tenu informé et fera une communication auprès du collectif
6. Dans le cas où je suis considéré(e) comme personne « Contact à risque » par le médecin de prévention, je suis les recommandations qui me seront données

## Je quitte le bureau

1. J'adopte les mêmes mesures pour retourner chez moi
2. En arrivant chez moi, je me lave les mains, mon portable et tout autre matériel que j'ai pu utiliser au cours de mon travail, si possible je me change et vais prendre une douche.



**Je maintiens l'application des mesures barrière et de distanciation et le porte un masque quand il est nécessaire même en dehors de mon lieu de travail**

**Je porte un masque : les recommandations**

Dans tous les cas le port d'un masque complète les gestes barrières mais ne les remplace pas. Il est donc impératif de respecter les règles de distanciation, les gestes barrières, les mesures organisationnelles et les procédures de nettoyage.

Le masque est changé en général au bout d'un port en continu de 4 heures, il peut être changé plus rapidement s'il est humide.

Dès qu'il doit être changé, s'il est jetable il est déposé aux endroits indiqués, s'il est lavable il est conservé dans un sac plastique étanche.

**Comment bien utiliser un masque ?**



• Avant de mettre le masque, lavez-vous ou désinfectez-vous les mains.



• Attrapez votre masque par les élastiques et placez-le sur votre visage.



• Dépliez-le de manière à ce que le nez et le menton soient bien couverts.



• Une fois que vous l'avez positionné, vous ne devez plus du tout le toucher.



• Lavez-vous ou désinfectez-vous de nouveau les mains avant de l'enlever.

Le numéro vert d'informations sur le coronavirus :

**0 800 130 000**

(appel gratuit)

ou

[gouvernement.fr/info-coronavirus](http://gouvernement.fr/info-coronavirus)

**Les erreurs à éviter**



• Porter son masque en dessous du nez ou ne couvrir que la pointe du nez.



• Porter son masque sans recouvrir son menton.



• Toucher son masque une fois qu'il est positionné.



• Baisser le masque sur son menton en le portant comme un collier.



• Réutiliser un masque après l'avoir enlevé.

Le numéro vert d'informations sur le coronavirus :

**0 800 130 000**

(appel gratuit)

ou

[gouvernement.fr/info-coronavirus](http://gouvernement.fr/info-coronavirus)

**Les masques alternatifs sont dans certains cas réutilisables lavables :**

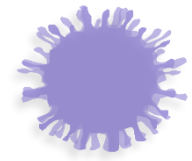
Le fabricant doit indiquer la durée d'utilisation après lavage (en général 15 voire 30 lavages)  
 Une fois portés, ils sont enlevés, mis dans un sac plastique étanche en attendant d'être nettoyés  
 D'une manière générale le lavage se fait en machine à part des autres vêtements avec produit lessiviel adapté au tissu dont le cycle comprend un plateau minimum de 30mn à 60 °C Séchage mécanique Repassage à une température 120/130 °C, Pas d'utilisation d'adoucissant

## INFO COVID 19 - L'AUTO SURVEILLANCE POURQUOI ?

**L'auto surveillance est un moyen simple de stopper l'épidémie.**

**Elle doit se pratiquer avant de se rendre au travail**

**Quels sont les symptômes qui peuvent faire penser au COVID 19 ?**



La **fièvre** fait partie des symptômes pouvant évoquer une infection à COVID mais d'autres signes précoces doivent alerter :

Parmi les **symptômes précoces**, on relève :

- la sensation de fièvre ;
- les courbatures, la fatigue inhabituelle
- la toux ;
- les maux de têtes inhabituels ;
- la perte de goût et de l'odorat ;
- les signes rhinopharyngés (nez qui coule, maux de gorge) ;
- les difficultés respiratoires ;
- les symptômes digestifs (diarrhée, par ex).



### **Que dois-je faire en cas de symptômes ?**

Je reste à mon domicile, j'évite les contacts, je porte un masque.

Je vais me faire tester directement dans un laboratoire en prenant un rdv (je serai remboursé même si je n'ai pas de prescription médicale) et je contacte mon médecin traitant.

Je préviens de mon absence mon service qui prévient le médecin de prévention.

En effet, il sera important d'identifier tous les contacts potentiels afin qu'ils soient isolés et testés.

Je contacte mon médecin traitant pour la marche à suivre.

J'adresse mon arrêt maladie au service RH.

### **Quel type de test est pratiqué ?**

Le test pratiqué en laboratoire est un test RT-PCR. Il se pratique par un prélèvement par écouvillonnage naso-pharyngé et permet de détecter la présence de virus dans les voies aériennes. Dans l'attente du résultat, je ne me rends pas au travail.

**INFO Application STOP COVID :** cet outil sanitaire permet de vous prévenir immédiatement si vous avez été en contact avec une personne testée positive au Covid-19, même si vous ne la connaissez pas. (Par exemple dans les transports en commun, les commerces...) Grâce à cette alerte, vous pouvez vous isoler, consulter votre médecin et, le cas échéant, avoir accès à un test. STOPCOVID permet ainsi de se protéger, de protéger les autres et d'aider les personnels soignants en cassant les chaînes de transmission.

# J'ai des symptômes du COVID-19

COVID-19

Jour J



**Je ressens des symptômes du COVID-19** (toux, fièvre, nez qui coule, perte de goût ou d'odorat)



**J'appelle un médecin dès le début des symptômes.** Il me prescrit test, masque et arrêt de travail



**Je m'isole chez moi**  
Je porte un masque



**Je prends RDV pour un dépistage COVID**



**Je me présente au lieu d'examen,** avec ma carte Vitale, avec ma prescription médicale et avec un masque



**Un professionnel de santé me fait le test COVID-19**

J +1



**Je reçois les résultats de mon test COVID-19**



**Mon test est positif**

Je suis porteur du COVID-19  
L'Assurance maladie me rappelle et appelle mes « personnes contact » pour les informer des consignes à suivre



**Mon test est négatif**

Je ne suis pas porteur du COVID-19

**Je m'isole chez moi jusqu'à ma guérison complète**  
Si mes symptômes s'aggravent, j'appelle le 15 (ou le 114)

**Fin de l'isolement :** je ne suis plus isolé et peux sortir de mon domicile en respectant strictement les gestes barrières

**Je romps l'isolement uniquement en cas de test négatif ou après guérison**



## VOUS PRESENTEZ UN RISQUE DE DEVELOPPER UNE FORME GRAVE D'INFECTION AU VIRUS

Deux situations peuvent se présenter :

- Vous présentez un risque de développer une forme grave d'infection au virus car vous souffrez d'une des pathologies mentionnées à l'article 2 du [décret n°2020-1098 du 29 août 2020](#)

Le télétravail reste à privilégier mais, s'il n'est pas possible, vous êtes placé en ASA

- Vous présentez un des facteurs de vulnérabilité rappelés dans [l'avis du Haut Conseil de santé publique du 19 juin 2020](#),<sup>[1]</sup>

Le télétravail reste à privilégier mais, s'il n'est pas possible, vous bénéficiez de conditions d'emploi aménagées après avis du médecin de prévention

**Dans les deux cas, le médecin de prévention examinera votre situation**

---

<sup>[1]</sup> (\*) Les personnes vulnérables au regard du Covid19 sont des personnes qui risquent de faire une forme grave. Celles-ci ont été identifiées par le HSCP le 14 mars 2020, puis la liste actualisée jusqu'à l'avis du 19 juin précité.

- Personnes de plus de 65 ans
- Personnes présentant des affections cardiovasculaires : hypertension artérielle compliquée, antécédents d'accident vasculaire cérébral ou de coronaropathie ou de chirurgie cardiaque, personne atteinte d'insuffisance cardiaque
- Personnes présentant un diabète non équilibré ou compliqué
- Personnes présentant des pathologies chroniques respiratoires susceptibles de décompenser lors d'une affection virale (Bronchopneumopathie chronique obstructive, asthme sévère, fibrose pulmonaire, mucoviscidose, syndrome d'apnée du sommeil)
- Personnes en insuffisance rénale chronique dialysée
- Personnes présentant une cirrhose du foie au stade B du score de Child Pugh, au moins
- Personnes présentant un cancer ou une hémopathie maligne sous traitement,
- Personnes présentant une obésité (IMC supérieure à 30)
- Personnes immunodéprimées par traitement (chimiothérapie anticancéreuse, traitement immunosuppresseur, biothérapie, corticothérapie) ou du fait d'une pathologie congénitale ou acquise
- Personnes ayant une greffe d'organe solide ou de cellules souches hématopoïétiques
- Personnes présentant un syndrome drépanocytaire majeur
- Personnes ayant présenté une splénectomie.
- Les femmes enceintes (à partir du 3<sup>ème</sup> trimestre de grossesse)