

Recommandations de comportement pour se protéger contre le coronavirus dans la vie quotidienne et dans la coopération

Pour que vous puissiez vous protéger et protéger les autres!

Environnement privé et vie familiale

- Restez chez vous autant que possible. En particulier, limiter les rencontres personnelles avec les personnes âgées, très âgées ou malades chroniques pour leur protection. Utilisez plutôt la communication par téléphone, courrier électronique, chat, etc.
- Respectez les règles de visite des hôpitaux et autres établissements de soins.
- Aérez régulièrement toutes les pièces communes et évitez de les toucher, par exemple en leur serrant la main ou en les embrassant.
- Si une personne de votre ménage est malade, veillez, si possible, à ce qu'il y ait une séparation physique et une distance suffisante par rapport aux autres membres du ménage.
- Ne faites pas vos achats aux heures de pointe, mais lorsque les magasins sont moins fréquentés ou que vous utilisez les services de ramassage et de livraison.
- Aidez ceux qui ont besoin d'aide ! Fournir de la nourriture et des produits de première nécessité aux personnes âgées, aux parents ou voisins souffrant de maladies chroniques et aux personnes seules et dans le besoin.

Transports publics et déplacements

- Si possible, n'utilisez pas les transports publics, mais préférez le vélo, la marche ou votre propre voiture.
- Évitez de voyager autant que possible, même à l'intérieur de l'Allemagne. De nombreuses frontières sont fermées et le trafic aérien est limité.

Environnement professionnel

- Travailler à domicile si possible, en concertation avec l'employeur. Les réunions doivent être courtes et de petite taille et se dérouler dans une salle bien ventilée.
- Gardez une distance de 1 à 2 mètres par rapport aux autres personnes et évitez tout contact personnel.
- Si possible, prenez vos repas seul (par exemple au bureau).
- Restez chez vous quand vous êtes malade et soignez-vous!

La vie publique

- Éviter les foules (par exemple, les centres commerciaux, etc.)
- Ne visiter les institutions publiques que dans la mesure où cela est absolument nécessaire, par exemple les bureaux, les administrations et les autorités
- Dans la mesure du possible, évitez les grandes fêtes privées et, sinon, respectez strictement les règles d'hygiène.

En général: protégez-vous et protégez les autres !

- Respectez les règles concernant la toux et les éternuements et lavez-vous les mains régulièrement.
- S'il est nécessaire de rester ou d'avoir des contacts dans des lieux publics, veillez à garder vos distances avec les autres. Cela est particulièrement important pour les personnes visiblement malades, notamment celles qui souffrent d'infections des voies respiratoires.
- Si vous êtes malade, vous ne devez pas quitter la maison si possible. Si nécessaire, contactez votre médecin par téléphone et prenez rendez-vous.