



*Heureuse nouvelle ! Votre proche vous rend visite durant les fêtes !*

**Une heure, une journée, un week-end...** Quelle que soit la durée de cette rencontre, il ne faut surtout pas perdre de vue les bons réflexes pour protéger votre proche.

L'association vaudoise des institutions médico-psycho-sociales HéviVA vous propose dans ce petit memo quelques conseils pour maintenir votre proche ainsi que les autres résidents en sécurité.

Avant

Pendant

Après

## 1. Anticiper

- ❖ J'essaie de rencontrer le moins possible de personnes pour réduire le risque de transmettre le virus à mon proche
- ❖ Je réfléchis aux moyens de respecter le mieux possible les règles de protection chez moi
- ❖ Je me renseigne ou demande conseil auprès de l'institution
- ❖ Je prévois le matériel pour nous protéger mutuellement (masques, savon/désinfectant)
- ❖ Je prévois une rencontre dans une grande pièce avec un nombre limité de personnes

## 2. Sécuriser

- ❖ Je salue mon proche à distance en renonçant aux accolades/embrassades
- ❖ Je maintiens une distance de 1,5 mètre avec mon proche, si ce n'est pas possible je porte le masque
- ❖ Je me lave/désinfecte régulièrement les mains
- ❖ J'aère régulièrement mon domicile (5 à 10 minutes toutes les deux heures)
- ❖ Je prévois pour le repas festif un plan de table qui permette de respecter les distances

## 3. Veiller

- ❖ Je surveille mon état de santé pendant une semaine après le départ de mon proche
- ❖ Je préviens immédiatement l'institution en cas d'apparition de symptômes compatibles avec la CoVID-19 et fais de même si c'est le cas pour l'une des personnes ayant eu contact avec mon proche lors de son séjour/visite



*HéviVA vous souhaite de joyeuses fêtes !*