

## Venir à l'Interfédéré en toute sécurité – les règles à respecter en suivant les dispositions d'octobre 2020

### Les quelques règles de bases

|   |   |
|---|---|
|    | <p>Si vous êtes malade, si vous avez ou pensez avoir les symptômes du coronavirus, restez chez vous, ne venez pas en formation et appelez votre médecin.</p>  |
|    | <p>Saluez sans serrer la main, n'embrassez personne.</p>  |
|   | <p>Respectez les règles de distanciation sociale d'une distance d'1,5m minimum entre les personnes.</p>   |
|  | <p>Toussez ou éternuez dans votre coude ou dans un mouchoir en papier que vous jetterez immédiatement dans les poubelles appropriées.</p>   |
|  | <p>Lavez-vous les mains régulièrement, avec de l'eau et du savon liquide, de manière correcte. Un affichage est prévu aux différents points d'eau (sanitaires).</p>   |
|  | <p>Le port du masque est <b>obligatoire</b> partout et toute la journée, sauf pour boire et pendant la pause du midi pour manger.</p> <p>Si vous avez oublié votre masque, l'Interfédéré vous en fournira un (en faire la demande au parlophone dès la demande pour entrer dans les locaux de l'Interfédéré).</p> |

|   |   |
|---|---|
|  | <p>Vous devez toujours garantir une distance sociale de part et d'autre d'au moins 1,5 mètre.</p> <p>Vous ne pouvez pas vous réunir à plus de 10 personnes au sein de l'enceinte de l'Interfédé. Un rassemblement de 10 personnes qui ne peut garantir les règles de distanciation sociale n'est pas autorisé.</p> <p>Pas de rassemblement dans les couloirs.</p> |
|---|---|

## 1. Votre arrivée



1. Vous sonnez au parlophone à la porte d'entrée principale n°21 ; le personnel d'accueil vous ouvrira à distance.
2. A l'entrée du bâtiment, vous devez vous désinfecter les mains. Un gel est mis à votre disposition.
3. Vous devez mettre votre masque de protection avant d'entrer dans le bâtiment. Si vous avez oublié votre masque, l'Interfédé vous en fournira un. Signalez-le au parlophone.
4. Le personnel d'accueil vous confirmera l'attribution de votre local et vous guidera dans le respect du plan de circulation mis en place par l'Interfédé. Pour connaître le sens de circulation, regardez cette vidéo sur Youtube : <https://www.youtube.com/watch?v=uh7dDSAquR0>
5. Rendez-vous dans votre local.
6. En fin de formation, si nécessaire, les masques de protection à usage unique seront déposés dans une poubelle fermée.

## 2. Votre installation dans le local

Chaque local est aménagé de manière à respecter la distanciation sociale d'1,5m et a une capacité maximale d'accueil.

Nous vous demandons de vous installer à l'endroit où la chaise se trouve et de ne pas déplacer votre chaise pour vous rapprocher de votre collègue.

Ne pas déplacer le matériel (tables, chaises, percolateur) mis à disposition sans l'accord de l'animateur de la réunion.



### 3. Les pauses cafés et pauses déjeuners

Un thermo à café, une bouilloire pour le thé ainsi que des bouteilles d'eau sont mis à votre disposition dans le hall. Ces ustensiles sont à désinfecter par vos soins après chaque utilisation (désinfectant mis à votre disposition).

Le repas de midi se prend dans la salle de réunion/formation ou dans la cour intérieure si le temps le permet, dans le respect des règles de distanciation sociale. Il est possible de commander des sandwiches dans le cadre des formations/réunions organisées par l'Interfédéré d'une durée d'une journée (sauf information contraire de la part des organisateurs). Une feuille de commande circule en début de réunion.

Afin d'éviter les regroupements lors des pauses, et si plusieurs réunions/formations ont lieu en même temps, il est recommandé aux animateurs de ne pas organiser les temps de pause concomitamment.

### 4. La sortie

Un nettoyage supplémentaire quotidien est prévu pendant la journée entre deux réunions/formations et après la journée de réunion/formation avec une attention particulière pour le nettoyage avec du désinfectant de tous les points de contact critiques/sensibles (bureaux, poignées de porte...).

En fin de formation, si nécessaire, les masques de protection à usage unique seront déposés dans une poubelle fermée.

Vous devez quitter les lieux en suivant le circuit à sens unique élaboré par l'Interfédéré (voir vidéo)

Tout refus de respecter les mesures de sécurité sera considéré comme un non-respect des instructions de l'employeur en matière de bien-être au travail et l'intéressé sera invité à quitter

immédiatement l'Interfédéré. L'entreprise du travailleur/visiteur, l'employeur des participants concernés seront immédiatement informés de la situation par nos soins.

## Quelques principes d'hygiène

→ Lavez-vous les mains régulièrement et de manière correcte

# COMMENT SE LAVER LES MAINS AVEC DU SAVON ET DE L'EAU ?



**40 à 60 sec.**



**1**  
HUMIDIFIEZ VOS MAINS.



**2**  
PRENEZ UNE QUANTITÉ SUFFISANTE DE SAVON.



**3**  
FRICIONNEZ LES MAINS PAUME CONTRE PAUME.



**4**  
FRICIONNEZ LA PAUME DE LA MAIN DROITE SUR LE DOS DE LA MAIN GAUCHE ET INVERSEMENT.



**5**  
FRICIONNEZ PAUME CONTRE PAUME AVEC LES DOIGTS ENTRAÎLÉS.



**6**  
FRICIONNEZ LE DOS ET LE BOUT DES DOIGTS DANS LA PAUME DE LA MAIN OPPOSÉE.



**7**  
FRICIONNEZ LES POUCES PAR ROTATION DANS LA PAUME OPPOSÉE FERMÉE.



**8**  
FRICIONNEZ LE BOUT DES DOIGTS PLIÉS DANS LA PAUME DE LA MAIN OPPOSÉE.



**9**  
RINCEZ VOS MAINS À L'EAU.



**10**  
SÉCHEZ VOS MAINS AVEC UNE SERVIETTE À USAGE UNIQUE.



**11**  
FERMEZ LE ROBINET AVEC LA SERVIETTE.



LE MÊME PRINCIPE S'APPLIQUE POUR LE LAVAGE DES MAINS AU GEL HYDROALCOOLIQUE.



**20 à 30 sec.**

[www.cesi.be](http://www.cesi.be) 

## → Comment bien utiliser son masque

| Comment mettre un masque ?  |   |   |   |
|---|---|---|---|
| 1<br>  | Se laver les mains : le premier geste à adopter avant même de toucher le masque est de se frictionner les mains avec de l'eau et du savon ou une solution hydroalcoolique | 2<br>  | Prendre le masque en ne touchant que les élastiques ou les fils   |
| 3<br> | Le placer dans le bon sens<br>Placer les élastiques autour des oreilles sans toucher la partie centrale du masque   | 4<br> | Appuyer sur la partie haute du masque<br>Attraper le bas du masque avec votre main propre, puis le tirer pour couvrir le menton |

| Comment enlever un masque ?  |   |  |  |
|--|---|--|--|
| 1<br> | Se laver les mains avant d'enlever le masque avec de l'eau et du savon ou une solution hydro alcoolique | 2<br> | Utiliser les élastiques ou les fils pour enlever le masque |
| 3<br> | Ne pas toucher ni la partie extérieure ni la partie intérieure du masque.                               | 4<br> | Jeter le masque dans la poubelle appropriée                |