



Mes nouveaux rituels post confinement (apprenants et équipes Simplon)



SIMPLON
.CO

UNE NOUVELLE JOURNÉE COMMENCE !

SUIS-JE EN FORME POUR ALLER TRAVAILLER OU SUIVRE MA FORMATION ?

OUI

Super !

Pour en être bien sûr, j'effectue quand même un auto-diagnostic*.

Je m'attache les cheveux, je vérifie que j'ai tout ce qu'il me faut (mon gel, mon masque) et c'est parti pour la journée !

NON

Je suis me sens fébrile ou soupçonne un ou plusieurs symptômes qui pourraient être liés au Covid-19.

**Je reste chez moi. Je contacte mon médecin et préviens mon manager en indiquant les personnes avec qui j'ai été récemment en contact.
Je prends soin de moi et des autres !**

JE ME RENDS CHEZ SIMPLON

Je prends les transports en commun

J'applique les mesures de précaution préconisées dans les transports en commun en portant un masque et éventuellement muni.e de la dérogation obligatoire aux heures de pointe.

Je viens par mes propres moyens

Je respecte toujours les gestes barrières, en évitant le plus possible les déplacements à plusieurs et en portant un masque même si ce n'est pas obligatoire.

J'ARRIVE AU BUREAU OU DANS MA FABRIQUE

**Je préfère l'escalier à l'ascenseur :
un peu d'exercice après le confinement ne fera pas de mal !**

A l'entrée, je jette mes gants et mon masque jetables dans le réceptacle dédié ou, si c'est un masque réutilisable, je le range dans une pochette hermétique que je garde avec moi.

Je me désinfecte les mains avec le gel mis à disposition.

Je mets un nouveau masque en le tenant par les élastiques.

Le port du masque étant obligatoire pour circuler dans les locaux, je pourrai éventuellement le retirer une fois installé.e à mon poste de travail.

Mais je devrai le remettre avec ces mêmes précautions à chaque déplacement

JE ME DIRIGE VERS MON POSTE DE TRAVAIL

Je respecte les sens de circulation formalisés par les affichettes ou le marquage au sol et la distance d'un mètre

Les portes doivent rester ouvertes, tout comme les fenêtres pour l'aération, si je dois toucher aux poignées ou aux interrupteurs je pense ensuite à me désinfecter les mains

Je peux m'installer à mon poste !

JE M'INSTALLE A MON POSTE DE TRAVAIL

Je pose ma veste sur le dossier de la chaise

Je sors le matériel dont j'aurai besoin : lunettes, ordinateur, téléphone, souris, trousse, stylos, etc. et leur passe un petit coup de désinfectant, sur la table aussi !

Je pose mon sac ou ma sacoche à l'endroit dédié, à défaut suspendu au dossier de ma chaise (mais pas sur le sol, ni sur la table)

Je m'installe et garde cette place toute la journée !

J'AI BESOIN D'ECHANGER AVEC MES COLLÈGUES

Je privilégie Discord, les mails, les sms ou les appels, pour éviter à moi et mes collègues de prendre des risques inutiles.

Je ne me déplace qu'en cas de réelle nécessité, et toujours masqué.e. !

J'AI UNE REUNION

On reste à distance ! Gardons ce mètre entre nous...

La capacité des salles de réunion a d'ailleurs été diminuée pour respecter cette distanciation et les salles de réunion ont peut-être même été réaménagées en espaces bureau...

Alors, autant continuer à privilégier meet.google, zoom et cie (en plus on n'aura pas à désinfecter en partant).

BESOIN D'UNE PAUSE ?

Un petit thé ? un petit café ?

Pensez à apporter votre thermos et votre bouteille d'eau, car il faut continuer à bien s'hydrater.

Et pour la "pause clop", cela reste dehors, en respectant la distanciation !

C'EST L'HEURE DE DÉJEUNER

L'accès aux micro-ondes, aux frigos est condamné, et la vaisselle au placard.

Je peux apporter mon déjeuner et mes couverts, me faire livrer à l'entrée ou aller chercher un plat à emporter.

Le nombre de places est limité dans l'espace de restauration, mais je peux aussi déjeuner à mon poste de travail.

Je n'oublie pas d'appliquer les règles de mesures d'hygiène et de nettoyage.

Mais s'il fait beau, autant aller prendre l'air.

UNE ENVIE PRESSANTE...

J'attends mon tour devant les sanitaires (une seule personne à la fois) tout en respectant la distanciation.

Je rabats l'abattant avant de tirer la chasse d'eau

Je me lave bien les mains en suivant le protocole

JE QUITTE LE TRAVAIL

Je deviens maniaque !

Avant de partir, je vérifie que je n'ai rien laissé sur mon espace de travail et je le désinfecte avant de partir.

J'applique les mêmes règles qu'à l'aller pour rester en bonne santé.

*Auto-diagnostic : <https://maladiecoronavirus.fr/se-tester>

J'ai des symptômes :

Je le signale sans tarder à mon formateur et au relai référent Covid

