

L'ARS Nouvelle-Aquitaine lance une campagne aux messages décalés pour encourager au maintien des gestes barrières pendant la période estivale. Après cette longue période de confinement, l'arrivée des beaux jours et le retour à une vie presque normale peuvent donner l'impression que le coronavirus n'est plus une menace. Pourtant il faut rester vigilant et faire bloc pour éviter son retour. [Site ARS Nouvelle-Aquitaine](#)



Distanciation : en Nouvelle-Aquitaine, 1 mètre est égal à ?

Même pendant les vacances, gardons nos distances. Pour les repas en famille, entre amis, au restaurant, on privilégie les repas en extérieur, on veille au respect des distances et pour les proches à risque, on peut porter un masque.



Au fait, quand porter le masque ?

On a posé la question au super-héros masqué qui sait bien quand il faut le porter. Que ce soit un masque chirurgical ou un masque en tissu, porter un masque sert à protéger les autres. Il est important de continuer à le porter dans les situations suivantes : dans les transports en commun, dans les commerces et les restaurants, lors de festivités, pour protéger les personnes à risque et de manière générale, dès que la distanciation n'est pas possible.

- Pas besoin de le porter lors d'une balade seule, en plein air,
- Porter des masques chirurgicaux ou tissu,...et non des masques FFP2, très filtrants et réservés aux soignants,
- Ne pas le porter pendant des efforts physiques. Si l'on doit faire un footing en groupe, le mieux est de garder les distances entre chacun.
- Pour éviter de produire trop de chaleur lorsqu'on porte le masque, il faut essayer de respirer calmement par le nez.

Le gel hydroalcoolique, le produit incontournable de la saison

Quand le lavage des mains à l'eau et au savon n'est pas possible, il faut avoir dans son sac un flacon de gel hydroalcoolique. De nombreux commerces et autres établissements mettent à disposition du gel hydroalcoolique à leur entrée. Il ne faut pas passer à côté sans s'en servir. En se frottant les mains au gel hydroalcoolique avant d'entrée, on évite de contaminer l'environnement et en sortant, on a les mains propres pour se protéger soi-même.

