

Adoptons de nouveaux comportements pour nous protéger et protéger ceux qui nous entourent.

À l'heure du déconfinement, visualisez concrètement ce qui change, ce qui est conseillé, les mesures prises pour vous aider, et ce qui est autorisé ou pas en fonction de votre lieu de résidence.

Mon Département est Rouge

Pour la santé de tous et parce que nous continuons d'être exposés au virus, il est important de continuer à respecter scrupuleusement les mesures barrières et les mesures de distanciation, de porter le masque le plus possible, et d'être vigilant et responsable en cas de symptômes ou de contamination.

Je dois :

- je dois respecter les mesures barrière et la distanciation physique ;
- je dois, si j'ai des symptômes évoquant le COVID-19 :
 - éviter les contacts ;
 - appeler mon médecin - la consultation peut se faire à distance ou physiquement. Mon médecin me prescrira un test virologique si cela s'avère nécessaire.
 - si je suis testé positif, je serai invité à rester chez moi confiné pendant 14 jours, ou dans un lieu mis à ma disposition ;
 - appeler le 15 si j'ai des difficultés respiratoires.

Je peux :

- je peux me rendre dans un laboratoire d'analyses sur prescription de mon médecin, et après avoir pris rendez-vous avec le laboratoire ;
- je peux donner mon sang ;
- je peux me rendre à la maternité pour le suivi de ma grossesse ;
- je peux me rendre à l'hôpital dans le cadre du traitement de ma maladie chronique ;
- je peux acheter des masques jetables ou lavables dans les pharmacies et la grande distribution ;
- je peux confectionner moi-même mes propres masques, selon les recommandations AFNOR / ANSM ;

- je peux bénéficier d'un soutien psychologique pour mon enfant si nécessaire (vous pouvez bénéficier d'une orientation en appelant le numéro vert 0 800 130 130);
- je peux reprendre mes soins hors-COVID-19, qui doivent être facilités par tous les moyens (téléconsultations, consultation d'évaluation, reprise des soins à domicile) ;
- je peux bénéficier de masques gratuits si je suis éligible à l'AME et à la complémentaire santé solidaire.

Je ne dois pas :

- si je présente des symptômes évoquant le COVID-19 :
 - je ne dois pas me présenter spontanément aux urgences ;
 - je ne dois pas me rendre chez mon médecin sans l'avoir contacté avant.

TRANSPORTS

La reprise progressive et maîtrisée des transports est indispensable pour nos activités professionnelles, scolaires et nos déplacements essentiels. Elle doit s'accompagner du respect des règles sanitaires par chacun d'entre nous. Et, pour limiter la diffusion du virus, il convient d'éviter la promiscuité dans les transports collectifs.

Je dois :

- je dois respecter les mesures barrière et la distanciation physique ;
- je dois porter le masque dans les transports en commun, les trains, les taxis, VTC, les véhicules de covoiturage, et les avions.

Je peux :

- je peux, si je suis cycliste :
 - bénéficier d'une subvention pour réparer/remettre en état mon vélo, jusqu'à 50 euros dans la limite de 50% du montant de la facture hors taxe, si je recours à l'un des [réparateurs référencés](#) ;
 - bénéficier d'une formation gratuite pour apprendre à circuler en sécurité, avec un [moniteur expérimenté dont je peux trouver les coordonnées ici](#).

Je ne dois pas :

- je ne dois pas prendre les transports en commun aux heures de pointe. Sauf si je me déplace pour : une consultation médicale, aller au travail, à l'école ou dans un lieu de garde. **Cas particulier** : en Île-de-France, aux heures de pointe, l'accès aux transports en commun est réservé aux personnes munies d'[une attestation de déplacement de leur employeur](#). Cette mesure a été prise à la demande de la Région, autorité organisatrice des transports ; elle pourrait être étendue à d'autres zones si l'autorité responsable localement la demande.
- je ne dois pas prendre les transports en commun si je ne suis pas équipé d'un masque - dans le cas contraire je peux me voir refuser l'accès au véhicule ou à la gare, et à m'exposer à une contravention ;
- je ne dois pas me déplacer à longue distance : je ne me rends pas au-delà de 100 km à vol d'oiseau. Je peux faire plus de 100 km uniquement si je ne sors pas de mon département. **Exception** : si j'ai un motif impérieux, personnel ou professionnel, je peux me déplacer au-delà. [Je dois remplir une déclaration](#) et pouvoir justifier mon déplacement. Si je prends le train, la réservation est obligatoire (TGV, Intercités, TER inter-régionaux, etc.) tout comme le port du masque ;
- je ne dois pas voyager à l'extérieur de l'espace européen : les frontières sont fermées, sauf pour quelques liaisons de rapatriement de nationaux.

ÉCOLE

Le risque de contagiosité chez les enfants et les jeunes est désormais décrit par les scientifiques comme très incertain et probablement inférieur au reste de la population. De plus, le retour en classe progressif des élèves à partir du 11 mai permet de remédier aux risques du confinement des enfants : anxiété, accidents domestiques, aggravation des inégalités scolaires, etc.

Un ensemble de règles est mis en place pour garantir la sécurité sanitaire des élèves et des enseignants.

Concrètement, votre établissement ou votre mairie vous informent des modalités pratiques de réouverture qui vous concerne.

Je suis parent d'élève :

- je peux choisir librement d'envoyer ou non mon enfant à l'école - dans tous les cas je suis tenu à une stricte obligation d'instruction jusqu'au 4 juillet ;
- Mon enfant peut suivre sa scolarité :

- soit dans son établissement scolaire , dans la limite de 15 élèves par classe (10 à l'école maternelle)
- soit chez moi à distance (devoirs en autonomie, enseignement à distance ou décision des parents), auquel cas il peut bénéficier d'une inscription gratuite au CNED ;
- soit en étude (si les locaux scolaires le permettent) ;
- soit dans un autre lieu convenu avec les collectivités territoriales pour des activités de sport, santé, culture ou civisme.

Dans tous les cas mon enfant doit bénéficier d'un temps d'échange individuel ou collectif avec des professeurs et il doit respecter les mesures barrière et la distanciation physique.

Mon enfant va à la crèche :

- si elle est ouverte, je peux l'y emmener ;
- il ne doit pas porter de masque.

Mon enfant est en école maternelle :

- il peut y retourner (sauf à Mayotte où les écoles restent fermées) ;
- il ne doit pas porter de masque ;
- les enfants ne doivent pas se tenir par la main ;
- le lavage des mains doit être fait en priorité avec de l'eau et du savon, car les solutions hydro-alcoolique présentent un risque d'ingestion.

Mon enfant est en école élémentaire :

- il peut y retourner (sauf à Mayotte où les écoles restent fermées) ;
- il est déconseillé de lui faire porter un masque sauf en cas de symptômes ;
- les enfants ne doivent pas se tenir par la main ;
- le lavage des mains doit être fait en priorité avec de l'eau et du savon car les solutions hydro-alcooliques présentent un risque d'ingestion.

Mon enfant est collégien :

- Il ne retourne pas au collège – ils sont fermés jusqu'à ce que la circulation de l'épidémie devienne faible.

Mon enfant est lycéen :

- une décision sera prise fin mai sur l'ouverture des établissements à partir de juin ;
- il doit porter un masque dans toutes les situations, y compris dans les cars scolaires et transports en communs. Sa fourniture sera de la responsabilité des parents.

Quelle que soit sa classe, mon enfant peut :

- aller en récréation : avec peu d'élèves à chaque fois pour permettre le respect de la distanciation ; sans contact avec les autres groupes d'élèves ; sous la surveillance renforcée par un/des adultes ; en se lavant les mains avant et après la récréation ;

- bénéficier de la restauration collective, organisée en vue de limiter le nombre d'élèves présents en un même temps et de respecter les mesures de distanciation physique ;
- poursuivre une activité sportive, seulement si elle permet de respecter les règles de distanciation physique pour le sport et n'entraîne pas de sur-ventilation ;
- revenir à l'internat si son retour à l'école est un impératif (scolaire ou social). Vérifier avant tout chose que son établissement offre cette possibilité.

Mon enfant, s'il présente des symptômes du COVID-19, peut :

- être pris en charge sans délai par la médecine et l'infirmierie scolaire, et être orienté vers un médecin ;
- se voir fournir un masque pédiatrique afin qu'ils ne contaminent pas les autres élèves et les encadrants, le temps de prise en charge hors de l'école.

Mon enfant ne doit pas :

- reprendre ses cours sur place s'il présente des symptômes d'infection au Covid-19.

Je suis étudiant dans l'enseignement supérieur ou professionnel :

- je peux reprendre ma formation professionnelle - je vérifie avec mon établissement et employeur ;
- je peux passer un concours d'entrée qui nécessite ma présence dans un établissement/une école, entre le 20 juin et le 7 août, si celui-ci est maintenu - je me renseigne auprès de l'établissement ;
- je peux me rendre dans le laboratoire de recherche auquel j'appartiens, si le télétravail n'est pas possible ;
- je peux bénéficier de certains services -résidences universitaires, aide sociale, suivi sanitaire, etc.- je me renseigne auprès de l'établissement.

TRAVAIL

L'activité économique, sociale et administrative de notre pays reprend de façon progressive après huit semaines de confinement strict. Ce redémarrage de notre travail et de notre économie doit s'effectuer tout en garantissant la sécurité sanitaire des employés et en sécurisant les employeurs.

Je dois :

- je dois me maintenir en télétravail autant que possible jusque fin juin ;
- je dois respecter les règles sanitaires que met en place mon entreprise ;
- respect des mesures barrières ;
- utilisation de solution hydro-alcoolique pour moi-même ; lingettes ou produits désinfectants pour bureau, clavier, souris, etc. ;

- obligation de porter le masque dans le cas où les mesures de précaution collective sont jugées insuffisantes pour assurer le respect de la distanciation physique ;
- organisation du travail : emploi du temps/horaires décalés, espacement et respect de la distance physique, nombre de personnes par espace ou bureau, nettoyage/désinfection, respect des mesures barrières, hygiène des mains, repérage des personnes symptomatiques, etc.;
- configuration des bureaux partagés de manière à éviter le face-à-face et permettre une distance de plus d'un mètre ;
- organisation de la restauration collective de manière à limiter le nombre de personnes présentes en un même lieu ; possibilité de déjeuner sur le lieu de travail qui doit m'être ouverte.

Je peux :

- je peux continuer à bénéficier, en accord avec mon employeur, de l'activité partielle jusqu'au 1er juin ;
- pour certaines professions particulièrement touchées, le dispositif est maintenu au-delà du 1er juin. En savoir plus (lien avec Bercy ou Travail).

Je ne peux pas :

- je ne peux pas aller travailler si je présente des symptômes du COVID-19.

COMMERCES

La majorité des commerces - à l'exception des cafés, bars et restaurants - ouvrent à nouveau à partir du 11 mai ! Chaque commerçant et client est invité à suivre un certain nombre de mesures de protection sanitaire, garantes de notre santé individuelle et collective. Le port du masque est plus que recommandé, et peut conditionner votre entrée dans un magasin si le commerçant le souhaite.

Je dois :

- je dois respecter les mesures barrières et la distanciation physique de 1 mètre entre chaque personne ;
- je dois respecter les éventuelles mesures complémentaires décidées par le commerce dans lequel je me trouve : sens de circulation, restriction du nombre de personnes dans le magasin, usage de solution hydro-alcoolique ou de lavage des mains à l'eau et au savon, accès prioritaire des personnes les plus fragiles, obligation de porter le masque pour entrer dans le magasin.

Je peux :

- je peux me rendre dans les commerces, dont la majorité est à nouveau ouverte ;
- je suis invité à privilégier la livraison de courses à domicile ou le retrait en commerce de commandes réalisées à l'avance ("drive") ;
- je peux me rendre dans les marchés de plein air et halles couvertes – sauf décision contraire des préfets qui constateraient l'impossibilité de garantir le respect des mesures barrières ;
- je peux me rendre dans les centres commerciaux si les préfets décident de les maintenir ouverts. Pour certains, seuls certains espaces alimentaires et autres commerces autorisés restent ouverts.

Je ne peux pas :

- je ne peux pas me rendre dans les cafés et restaurants. Une décision sera prise fin mai pour leur éventuelle réouverture début juin.

VIE SOCIALE

À partir du 11 mai, pour que chacun d'entre nous puisse progressivement retrouver la vie sociale, culturelle ou spirituelle de son choix, la liberté de déplacement redevient la règle, et l'interdiction l'exception.

Soyons vigilants car avec le déconfinement, les occasions de contact augmentent tout autant que les risques de diffusion du COVID-19. Le respect par chacun d'entre nous des mesures barrières et de la distanciation physique est important : notre santé individuelle et collective en dépend !

Je peux :

- je peux à nouveau circuler librement - dans un rayon de 100 km à vol d'oiseau autour de mon lieu de résidence. Je peux faire plus de 100 km uniquement si je reste dans mon département ;
- je peux circuler au-delà si et seulement si j'ai un motif impérieux, personnel ou professionnel – auquel cas je remplis une déclaration et je dois être capable de justifier mon motif de déplacement ;
- je peux me rendre en forêt ;

- je peux me rendre dans les médiathèques, bibliothèques de proximité, et les petits monuments ;
- je peux me rendre dans les lieux de cultes, qui restent ouverts. Ils n'organisent cependant pas de cérémonies - une décision sera prise fin mai ;
- je peux me rendre aux cérémonies funéraires – mais elle restent limitées à 20 personnes ;
- je peux me rendre dans les cimetières ;
- je peux participer à des rassemblements – limités à 10 personnes ;
- je peux pratiquer un sport individuel en extérieur ;
- je peux pratiquer une activité sportive individuelle en groupe, à condition que :
 - elle rassemble 10 personnes maximum
 - elle soit exercée à l'extérieur
 - la distance entre deux personnes pratiquant cette activité soit largement supérieure à la distance de sécurité d'un mètre : elle est de 5 mètres pour une activité dont l'intensité est équivalente à une marche rapide, et de 10 mètres pour une activité à haute intensité ;
- je peux rendre visite à une personne âgée ou vulnérable si je respecte les précautions nécessaires à la préservation de sa santé fragile - prenez soin de sa santé avant tout et ne prenez pas de risque ;
- je peux, si je suis une personne âgée ou vulnérable, sortir et rencontrer des gens, mais je suis invitée pour préserver ma santé à respecter les règles similaires à celles imposées durant la période de confinement, et donc à limiter mes contacts et sorties (sans obligation ni besoin d'attestation) ;
- je peux continuer de proposer mon aide aux associations, centres communaux d'action sociale (CCAS), maisons départementales des personnes handicapées (MDPH), et collectivités. Si je souhaite ainsi aider (aide alimentaire et aide d'urgence, garde exceptionnelle d'enfants, lien avec les personnes fragiles isolées, solidarité de proximité), je me rends sur la plateforme « *Réserve civique Covid-19* »

Je ne peux pas :

- je ne peux pas me rendre dans les parcs et jardins - ils sont fermés jusqu'à nouvel ordre
- je ne peux pas pratiquer de sport dans les lieux couverts, ni de sport collectif, ni de sport de contact (liste précise diffusée par le ministère des sports) ;
- je ne peux pas accéder aux plages, lacs ou plans d'eau, centres nautiques - au moins jusqu'à fin mai, sauf décision contraire du préfet sur proposition du maire - renseignez-vous sur le site de votre préfecture ;
- je ne peux pas accéder aux cinémas, salles de théâtre, salles de concert, salles des fêtes, salles polyvalentes, conservatoires - fermés au moins jusqu'à fin mai ;

- je ne peux pas accéder aux musées, monuments, parcs zoologiques - sauf décision contraire du préfet après avis du maire et du gestionnaire de l'établissement ;
- je ne peux pas participer à une saison de sports professionnels y compris du football – car elles ne reprennent pas pour le moment ;
- je ne peux pas accéder aux colonies de vacances et autres camps - une décision sera prise fin mai pour leur éventuelle ouverture ;
- je ne peux pas me marier, sauf urgence, une décision sera prise à la fin du mois de mai ;
- je ne peux pas me rendre dans les cafés et restaurants – une décision sera prise à la fin du mois de mai.