

Coronavirus

Guide pratique pour ceux
qui prennent soin
des personnes âgées



Traduzione a cura di
Prisca Proietti



Gruppo di lavoro congiunto ISS, INAIL, CEPSAG



UNIVERSITÀ
CATTOLICA
del Sacro Cuore

Ce guide est pour vous qui prenez soin d'une personne âgée.

Vous trouverez ici des informations sur le coronavirus et des conseils à suivre.

Les informations vous permettront d'améliorer vos connaissances sur le Covid-19 ou « nouveau coronavirus », sur sa transmission et les symptômes de la maladie.

Les conseils sur les comportements à adopter au domicile et à l'extérieur vous aideront à protéger votre santé et celle de la personne âgée dont vous prenez soin.

Ne vous inquiétez pas si au début les règles vous semblent nombreuses, difficiles à mémoriser et à mettre en pratique.

Il est normal que les changements de nos habitudes créent du stress.

Sans urgence, lisez plusieurs fois le guide et commencez à mettre en pratique ce qui est dit : en peu de temps ces indications feront partie de vos habitudes quotidiennes.

**Ensemble
nous allons y arriver.**

Index

Le covid-19	4
Quels sont les symptômes du coronavirus	5
Transmission du coronavirus	6
Je prends soin d'une personne âgée :	7
1. Je sors du domicile le moins possible	8
2. Conseils quand vous êtes à l'extérieur	10
3. Conseils quand vous êtes au domicile	12
Que dois-je faire si j'ai un doute pour moi ou la personne âgée	16
Je ne pourrai pas, pendant une longue période faire sortir	18
Je ne peux pas sortir du domicile. Que puis-je faire pour rester...	20
Approfondissements	
Comment se laver les mains	22
Comment utiliser le masque	24
Comment utiliser les gants jetables	26
Conseils pour l'hygiène du domicile	29
Conseils pour la bonne qualité de l'air	29
Conseils pour l'hygiène de l'environnement	30
Contacts et liens utiles	31

Qu'est-ce que c'est le COVID-19, ou "nouveau coronavirus"?

Covid-19 est une maladie causée par le virus **SAR-CoV-2**, plus simplement appelé "coronavirus".



Quels sont les symptômes du coronavirus?

La maladie peut affecter les personnes de différentes manières; parfois la personne contaminée ne présente aucun symptôme.

Parfois, les symptômes sont similaires au rhume ou à la grippe:

- **Fièvre**
- **Douleurs musculaires**
- **Congestion nasale**
- **Mal à la gorge « angines »**
- **Toux**
- **Difficultés à respirer**
- **Inflammation des yeux « conjonctivites »**
- **Diarrhée**
- **Maux de tête**
- **Perte de l'odorat**
- **Perte du gout.**

Dans certains cas l'infection peut causer de graves pneumonies qui peuvent parfois entraîner le décès. Cela arrive plus fréquemment chez les personnes ayant des problèmes de santé et chez les personnes âgées.

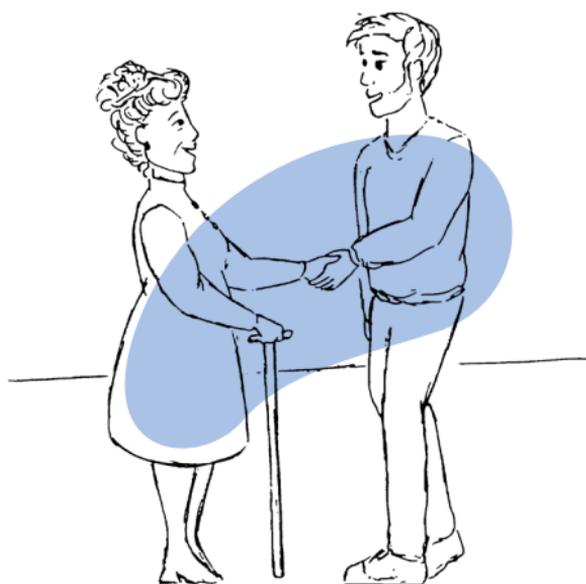
Comment se transmet le coronavirus ?

Le virus se transmet par des gouttelettes de salive microscopiques qui diffusent dans l'air quand nous parlons, nous éternuons ou nous toussons.

L'infection survient quand les gouttelettes de salive qui contiennent le virus entrent en contact avec les muqueuses de la bouche, du nez et des yeux (pour cette raison il est important de rester à plus d'un mètre de distance les uns des autres). Les gouttelettes de salive d'une personne infectée peuvent se trouver sur ses mains, sur les surfaces et sur les objets proches. Le virus peut également se transmettre de cette façon (c'est pourquoi il est important des se laver les mains souvent).



Je m'occupe d'une personne âgée Que puis-je faire pour la protéger et me protéger?



Tout d'abord protégez-vous:

1. Sortez du domicile le moins possible: ne pas sortir est le moyen le plus efficace pour éviter la contagion ([pag 8](#))
2. Si vous êtes obligé de sortir, suivez les règles pour se protéger à l'extérieur ([pag 10](#))
3. Au domicile, suivez les règles pour se protéger à la maison ([pag 12](#))

1. Sortez du domicile le moins possible: ne pas sortir est le moyen le plus efficace pour éviter la contagion

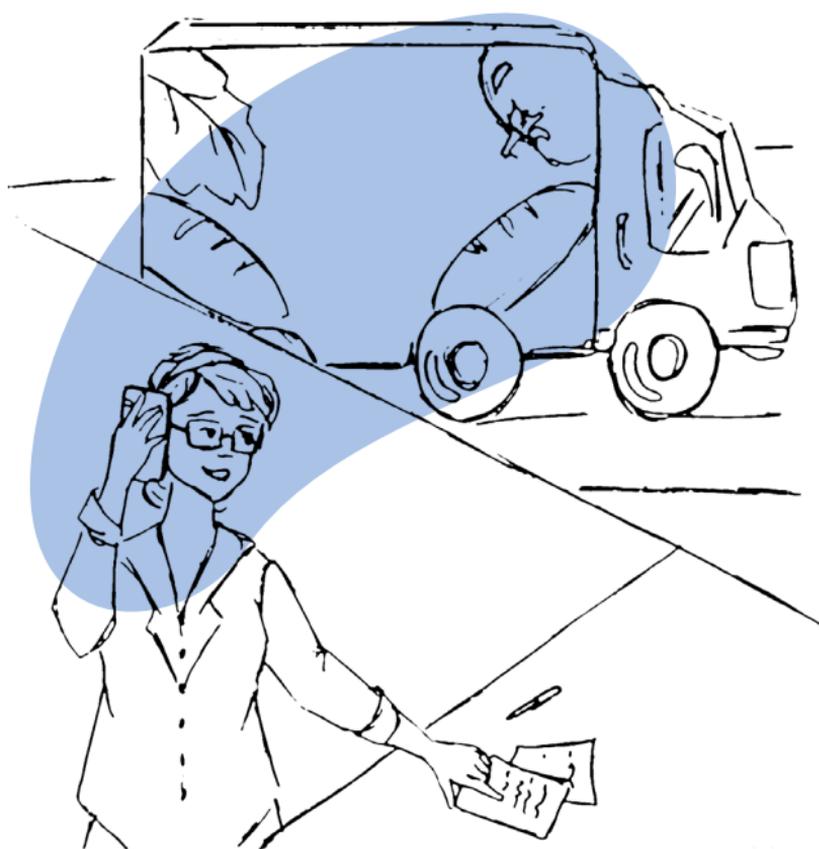
Chaque jour, nous utilisons tous des produits indispensables, comme les aliments, les médicaments, les produits ménagers etc.

Si aucun proche de la personne dont vous vous occupez ne peut vous apporter au domicile ce qui vous est indispensable, vous pouvez trouver des solutions:

- La nourriture et les produits ménagers peuvent être commandés en ligne ou par téléphone: demandez à votre supermarché s'il la livraison à domicile est possible.

Sachez que vous pouvez trouver la liste des commerces et supermarchés qui livrent à domicile sur le site web de votre commune.

- De nombreuses pharmacies livrent les médicaments à domicile. Achetez une réserve des médicaments pour



au moins deux semaines pour éviter d'en manquer en cas de retard de livraison.

- N'allez pas chez le médecin pour faire renouveler votre ordonnance: téléphonez ou envoyez-lui un mail. Le médecin vous enverra le numéro de l'ordonnance électronique (NRE) par mail ou par SMS.

Sachez qu'en cas de besoin la **Croce Rossa** peut livrer **gratuitement à domicile les médicaments et la nourriture**. La Croce Rossa répond tous les jours 24h/24 au numéro gratuit **800 06 55 10**.

2. Conseils si vous devez sortir:



- Maintenez une distance minimale d'un mètre avec les autres personnes
- Évitez de faire la bise ou de serrer la main
- Mettez un masque chirurgical, si vous devez entrer dans un lieu clos fréquenté par d'autres personnes. Dans tous les cas suivez les indications de votre Région et de votre Commune (dans certaines zones, le masque est obligatoire lors des sorties). Les masques s'achètent à la pharmacie (regarder le paragraphe comment utiliser le masque [pag 24](#)). Vous pouvez aussi chercher sur internet: dans certaines zones la Protezione Civile et la commune livrent à domicile les masques pour les personnes âgées

ou en situation de handicap. Au cas où vous ne trouveriez pas de masque chirurgical, utilisez un masque en tissu lavable.

- Quand vous faites vos courses au marché, au supermarché ou à la pharmacie, il pourrait vous être demandé de mettre des gants jetables: consultez la rubrique comment utiliser les gants [pag 26](#).
- Utiliser souvent des produits désinfectants pour les mains à base d'alcool (concentration d'alcool à 70%), surtout après avoir touché des objets continuellement touchés par d'autres personnes (par exemple les chariots du supermarché, les poignées dans les transports en commun, les boutons de l'ascenseur etc).
- Ne vous touchez jamais la bouche, le nez et les yeux avec les mains.
- En cas d'éternuement ou de quinte de toux, couvrez-vous la bouche et le nez avec un mouchoir en papier : jetez-le immédiatement dans la poubelle indifférenciée. Si vous n'avez pas de mouchoir jetable n'utilisez pas vos mains mais couvrez-vous la bouche et le nez avec le creux de votre bras plié.
- Dès votre retour à domicile, lavez-vous immédiatement les mains (Voir le guide Comment se laver les mains [pag 22](#))

3 - Conseils à appliquer à votre domicile

Les personnes âgées ont souvent besoin d'aide pour se lever, marcher, manger et se laver;

il est donc nécessaire de s'approcher d'eux et il est impossible de maintenir un mètre de distance.

Pour cette raison il est important de respecter les règles suivantes:

- Utiliser un masque chirurgical correctement positionné sur le visage chaque fois que vous vous approchez de la personne âgée. De même, la personne âgée devrait mettre un masque, si cela ne la gêne pas, en cas de fièvre et de symptômes de type rhume ou grippe. (Lire le paragraphe comment porter le masque, [pag 24](#)). Au cas où vous ne trouveriez pas de masque chirurgical, utilisez un masque en tissu lavable.



- Utilisez également le masque quand vous touchez des objets utilisés par la personne âgée (par exemple ses draps, ses serviettes de toilettes, sa vaisselle etc) ou des objets qui arrivent de l'extérieur (courrier, colis, courses etc).

Attention: les masques doivent être changés tous les jours. Si vous avez un masque chirurgical, quand vous avez fini de l'utiliser, mettez-le dans un sac en plastique et jetez-le dans les ordures indifférenciées. Si vous avez un masque lavable, lavez-le avec soin et faites le sécher complètement avant de l'utiliser à nouveau (voir le chapitre comment utiliser le masque [pag 24](#)).

- Lavez-vous les mains fréquemment (voir le paragraphe comment se laver les mains). Rappelez-vous que les mains doivent toujours être lavées avant et après: la préparation des repas (par commodité, vous pouvez également mettre à la cuisine, du savon pour les mains); les contacts avec la personne âgée: la prise des médicaments, les repas, les boissons, sa toilette corporelle et après l'usage des WC. Quand vous ne pouvez pas utiliser de l'eau et du savon, utilisez des produits désinfectants pour les mains à base d'alcool (concentration d'alcool à 70%).
- Assurez-vous que la personne âgée se lave les mains souvent et bien ; si elle ne peut le faire toute seule, lavez lui les mains plusieurs fois par jour.
- Pendant les repas n'utilisez pas les mêmes couverts, verres et plats que la personne âgée : chacun doit avoir les siens.
- Désinfectez avec soin la salle de bain avant et après chaque utilisation (se reporter aux conseils pour l'hygiène de la maison, [pag 27](#)). Si possible, n'utilisez pas la même salle de bain que la personne âgée. S'il y a une seule salle de bains, chacun doit

utiliser son propre linge (serviettes et peignoir de bain). Les serviettes doivent être changées quand elles sont mouillées et au moins une fois par jour.

- Les brosses à dents doivent être dans des verres distincts.
- Quand vous préparez les repas, n'oubliez pas de toujours bien laver à l'eau courante les aliments à manger crus (salade, fruits). Si vous voulez utiliser des désinfectants, utilisez seulement ceux adaptés aux aliments, suivez attentivement les instructions et n'oubliez pas de bien rincer à l'eau courante pour enlever toute trace de désinfectant.
- Cuisez avec soin les aliments d'origine animale (comme la viande, le poisson ou les œufs).
- Ouvrez fréquemment les fenêtres pour aérer les chambres.
- Lavez tous les jours le sol, les salles de bains et toutes les surfaces que l'on touche souvent: si possible avec de l'eau de javel diluée ou avec des produits détergents habituels puis avec de l'alcool à 70% (se reporter aux conseils pour l'hygiène de l'environnement intérieur, [pag 27](#)).



QUESTIONS-RÉPONSES

Que dois-je faire si je crains une contamination par le coronavirus pour la personne âgée dont je m'occupe ou pour moi-même?

Les symptômes de la maladie sont différents, plus ou moins graves, parfois similaires à ceux du rhume ou de la grippe.

Dans tous les cas si vous ou la personne âgée avez :

- fièvre
- douleurs musculaires
- Congestion nasale
- mal de gorge
- toux
- difficulté à respirer (essoufflement)
- inflammation des yeux
- diarrhée
- mal de tête
- perte de l'odorat
- perte du gout

Vous devez appeler la famille de la personne âgée ou le médecin de famille.

Attention: si vous ou la personne âgée avez des symptômes, ne vous précipitez pas aux urgences ou au cabinet médical. Appelez d'abord votre médecin: il vous dira ce qu'il faut faire.

Si vous ne réussissez pas à joindre le médecin et que vous ne pouvez pas demander de l'aide aux proches de la personne âgée dont vous prenez soin, appelez le médecin de garde ou le numéro vert régional (vous le trouverez sur le site du ministère de la santé www.salute.gov.it).

Appelez le **112** ou le **118** si cela est absolument nécessaire (forte fièvre et difficultés à respirer).

Les principaux numéros d'urgence sont consignés [pag 31](#).



QUESTIONS-RÉPONSES

Je ne pourrai pas faire sortir la personne dont je m'occupe pendant longtemps. Cela pourrait la stresser et la rendre nerveuse.

Que puis-je faire?

Expliquez-lui avec des paroles simples ce qui se passe à cause du coronavirus; faites-lui comprendre que rester à la maison est nécessaire pour protéger la santé de tous. Même le masque peut protéger de la maladie.

Rassurez la personne âgée en lui disant que ce moment va passer et que nous pourrons à nouveau tous sortir pour rencontrer les autres et reprendre nos habitudes.

Si la personne âgée est préoccupée par sa propre santé soit du point de vue physique ou psychologique, écoutez la et faites-lui comprendre

que pour vous son bien être est important: vous pouvez ensemble en parler au téléphone avec votre médecin ou appelez les numéros qui offrent gratuitement une aide psychologique aux personnes en difficulté. (voir [pag 32](#)).

Répéter les explications autant de fois que nécessaire, avec calme.

Au besoin, communiquez avec la personne âgée en écrivant ou en utilisant des images (par exemple, l'image d'une personne qui se lave les mains peut être mise près du lavabo utilisé par la personne âgée). Ou alors montrez l'exemple et pendant que vous vous lavez les mains demandez à la personne âgée de vous imiter.

Essayez de transmettre tranquillité et sérénité. Parlez lentement et calmement sans hausser la voix si la personne âgée entend bien.



QUESTIONS-RÉPONSES

Je ne peux pas sortir de la maison.

Que puis-je faire pour être bien physiquement et psychologiquement?

Utilisez les réseaux sociaux (Facebook, Twitter, Instagram, WhatsApp), les e-mails, les chats vidéo et les appels téléphoniques pour rester en contact avec la famille et les amis.

Chaque jour, consacrez votre temps libre à faire des activités qui vous plaisent, comme écouter de la musique, lire, coudre...

Faites de la gymnastique chaque jour.

Ne pas négliger le sommeil: dormez suffisamment pour être bien et maintenez des horaires réguliers aussi bien le soir au coucher que le matin au réveil.

Manger de façon régulière, sans sauter de repas et choisissez des

aliments sains (pensez à manger chaque jour des fruits et des légumes aussi).

Exposez-vous au soleil aux heures les moins chaudes de la journée: cela fait du bien à la santé et au moral. Proposez la même chose à la personne dont vous vous occupez.

Il est important que vous soyez informé sur le coronavirus mais cela ne doit pas devenir le seul sujet d'intérêt. A la télévision ou sur les réseaux sociaux vous pourrez trouver de nombreux sujets de distraction.

Pour plus d'infos sur le coronavirus, fiez-vous seulement à ce qui provient de sites web fiables ([Organisation Mondiale de la Santé](#), [Ministère de la Santé](#), [Institut Supérieur de la Santé](#), [Protection Civile](#)) et des informations télévisées nationales ou régionales.

L'isolement dans lequel nous nous trouvons et la peur de tomber malade créent angoisse et peur chez chacun de nous; éprouver ces émotions est normal. Si par contre, vous sentez le besoin d'une aide psychologique rappelez-vous que des numéros d'écoute existent pour cela ([pag 32](#)).

APPROFONDISSEMENT



Comment se laver les mains

Tout lavage doit durer environ 60 secondes.

1. Tout d'abord, mouillez-vous les mains avec de l'eau.
2. Ensuite, prenez un peu de savon liquide et frottez l'intérieur de vos mains l'une contre l'autre.
3. Continuez à vous frotter les mains en faisant attention à laver toutes les parties (la paume, le dos, tous les doigts et les ongles)
4. Rincez bien les mains et essuyez-les soigneusement.
5. Si vous êtes hors de chez vous et que vous trouvez du papier essuie mains, après vous être lavé et essuyé les mains, utilisez le même papier pour fermer le robinet d'eau et toucher d'éventuels objets (comme la poignée de la porte et l'interrupteur électrique) puis jetez l'essuie main dans les déchets indifférenciés sans toucher autre chose.
6. Une fois sèches, vos mains sont sûres.

Attention: les ongles taillés courts se nettoient et restent propres plus facilement.

Le lavage des mains Comment ?

Laver vos mains au savon et à l'eau lorsqu'elles sont visiblement souillées. Sinon, utiliser la friction hydro-alcoolique pour l'hygiène des mains.

🕒 Durée de la procédure : 40-60 secondes



Mouiller les mains abondamment ;



Appliquer suffisamment de savon pour recouvrir toutes les surfaces des mains et frictionner ;



Paume contre paume par mouvement de rotation ;



Le dos de la main gauche avec un mouvement d'avant en arrière exercé par la paume de la main droite, et vice versa ;



Les espaces interdigitaux, paume contre paume et doigts entrelacés, en exerçant un mouvement d'avant en arrière ;



Le dos des doigts dans la paume de la main opposée, avec un mouvement d'aller-retour latéral ;



Le pouce de la main gauche par rotation dans la main droite, et vice versa ;



La pulpe des doigts de la main droite dans la paume de la main gauche, et vice versa ;



Rincer les mains à l'eau ;



Sécher soigneusement les mains à l'aide d'un essuie-mains à usage unique ;



Fermer le robinet à l'aide du même essuie-mains ;



Vos mains sont propres et prêtes pour le soin.



Organisation mondiale de la Santé

Sécurité des patients
Une Alliance mondiale pour des soins plus sûrs

SAVE LIVES
Clean Your Hands

L'Organisation mondiale de la Santé (OMS) a pris toutes les dispositions nécessaires pour vérifier les informations contenues dans ce document. Toutefois, le document publié est officiel sans aucune garantie, expresse ou implicite. La responsabilité de l'interprétation et de l'utilisation de ce document incombe au lecteur. En aucun cas, l'OMS ne saurait être tenue responsable des préjudices subis du fait de son utilisation. L'OMS remercie ses collaborateurs du Service de Prévention et Contrôle de l'Infection, pour leur participation active à l'élaboration de ce matériel.

Déversion - Mai 2009

Comment se laver les mains avec de l'eau et du savon. [Poster](#)

Comment se laver les mains avec de l'eau et du savon ou une solution alcoolique. [Video](#)

APPROFONDISSEMENT

Comment utiliser le masque



Mettez le masque chirurgical après avoir soigneusement lavé vos mains.

Couvrez-vous la bouche, le nez et le menton, en le faisant adhérer à votre visage (si vous portez la barbe, le masque pourrait ne pas adhérer correctement).

Ne touchez pas le masque lorsqu'il est sur votre visage; si cela se produit, lavez-vous bien les mains.

Attention: le masque doit être changé tous les jours et chaque fois qu'il est humide, sale ou endommagé.

Pour enlever le masque, prenez-le par l'élastique et ne touchez pas la partie externe qui couvre la bouche, le nez et le menton. Le masque doit être placé dans un sac plastique qui doit être fermé et jeté dans les déchets indifférenciés.

Si au contraire, vous avez un masque lavable, lavez le avec soin avec un détergent et faites le bien sécher avant de le réutiliser.

Attention: en plus d'utiliser le masque, couvrez-vous le nez et la bouche quand vous toussiez et que vous éternuez et lavez-vous bien et souvent les mains.

APPROFONDISSEMENT



Comment utiliser les gants à usage unique



Avant de mettre les gants, lavez-vous bien les mains. Si vous n'êtes pas chez vous, désinfectez vos mains avec un gel hydro alcoolique (voir le chapitre hygiène des mains et de la maison).

Quand vous retirez les gants, retournez-les sur eux-mêmes en les enlevant, la partie externe doit se retrouver à l'intérieur.

Mettez-les dans un sachet plastique, fermez-le et jetez le dans les déchets indifférenciés.

Immédiatement après lavez-vous les mains, ou désinfectez-les avec un gel hydro alcoolique.

Comment utiliser les gants à usage unique: [Video](#)

APPROFONDISSEMENT



Conseils pour l'hygiène domestique

Recommandations pour une bonne qualité de l'air

Ouvrir souvent les fenêtres des différentes pièces (dans les moments de moindre circulation automobile). Faites attention: la personne âgée ne doit pas être exposée à des changements soudains de température et courants d'air.

Ouvrir les fenêtres après avoir utilisé des produits ménagers. Ces produits contiennent souvent des substances irritantes ou toxiques.

Dans les pièces sans fenêtres (comme les placards, les salles de bain, etc.), utilisez les ventilations pour renouveler l'air (voyez comment nettoyer les grilles et les filtres, [pag 28](#)).

Régler la température et l'humidité de l'air dans les pièces en utilisant des humidificateurs en céramique ou électriques, qui doivent être maintenus propres.

Si vous utilisez des climatiseurs ou des pompes à chaleur, nettoyez régulièrement les filtre; voyez comment

nettoyer les grilles et les filtres d'air.
Éviter les parfums d'ambiance: ils émettent des substances chimiques nuisibles pour votre santé et la qualité de l'air.

Comment changer l'air de la maison ?

Vidéo

Comment nettoyer les grilles et les filtres d'air

Les grilles des climatiseurs et des ventilateurs doivent être nettoyées souvent. Si la grille est démontable, lavez-la avec de l'eau et du savon désinfectant, puis rincez-la soigneusement pour enlever toute trace de détergent, faites la sécher avant de la remonter.

Si les filtres des climatiseurs et des pompes à chaleur peuvent être démontées de l'appareil, lavez-les avec de l'eau et du savon désinfectant. Faites attention à enlever toute trace de détergent et faites les sécher avant de les remonter.

Que cela soit pour les ventilateurs, les climatiseurs et les pompes à chaleur, **n'utilisez jamais les détergents ou de désinfectants directement sur les grilles et les filtres, si ceux-ci ne sont pas démontables.** Dans ce cas, nettoyez les et désinfectez les avec un chiffon imbibé d'alcool à 70%.

Conseils pour l'hygiène du logement

Nettoyez tous les jours, les surfaces que vous touchez le plus souvent (comme les portes, les fenêtres, les poignées, les tables, les interrupteurs électriques, les WC, les robinets, les lavabos, les chaises et fauteuils, les téléphones portables, les télécommandes, etc.).



Lorsque vous utilisez des produits ménagers, suivez les indications reportées sur l'étiquette.

Ne mélangez jamais les produits ménagers (comme par exemple les détergents pour les vêtements et les produits détachants ou d'hygiène pour la lessive) si cela n'est pas indiqué sur l'étiquette.

Utiliser tous les produits avec prudence, toujours avec des gants, et évitez les éclaboussures lors du nettoyage.

Pour désinfecter les surfaces lavables de la maison, comme le sol, les lavabos et les sanitaires, utilisez de l'eau de javel diluée dans l'eau ou de l'alcool à 70%.

Attention: les produits comme l'eau de Javel (à base de chlore) ne sont pas utilisables sur tous les matériaux: acier, polyuréthane, fer, métaux en général et bois ne doivent pas être nettoyés à l'eau de javel. Pour ces surfaces utilisez des détergents spécifiques.

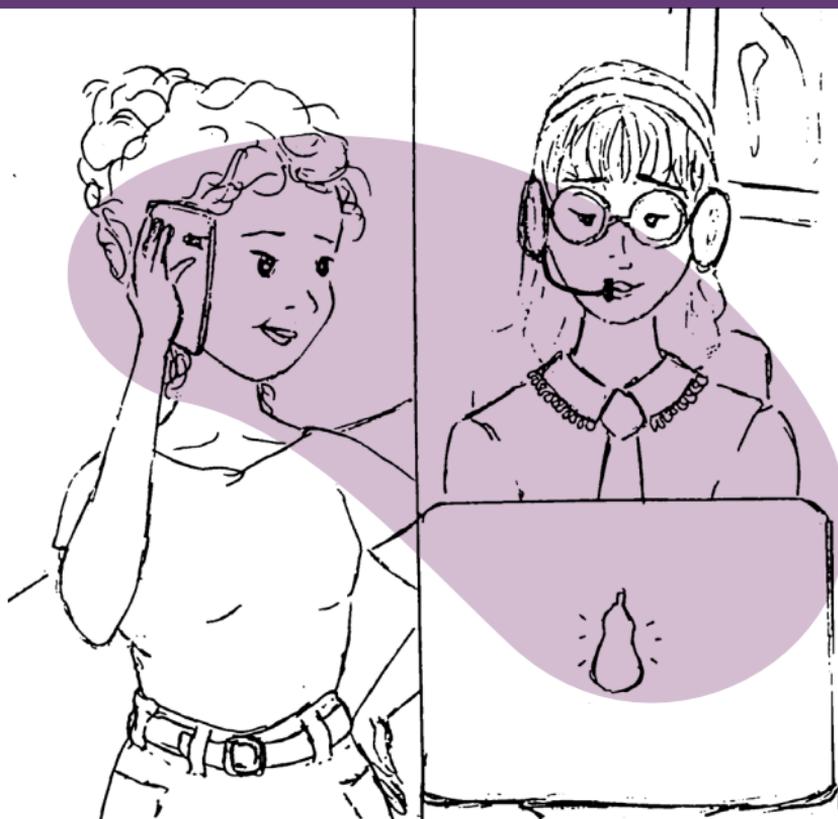
Comment se prépare l'eau de javel diluée

Pour désinfecter les sols, les lavabos et sanitaires, diluez un verre d'eau de javel (environ 200ml) dans 2 litres d'eau.

Pour désinfecter les autres surfaces lavables diluez un verre d'eau de javel (environ 200ml) dans 6 litre d'eau: vous obtiendrez une eau de javel plus diluée.

Pour désinfecter les petites surfaces qui peuvent être endommagées par l'eau de javel, utilisez l'alcool: achetez de l'alcool éthylique dénaturé de couleur rose avec une concentration de 70%. Lisez l'étiquette pour contrôler que cela soit adapté à la surface que vous voulez nettoyer. Vous pouvez l'utiliser directement sans le diluer.

CONTACTS ET LIENS UTILES



Si vous avez des difficultés avec la langue italienne:

- téléphonez à des amis ou des parents plus habitués à internet et demandez-leur de vous aider.
- appelez ou écrivez un mail au **CEPSAG** Care Centre (Centro di Ricerca Promozione e Sviluppo dell'Assistenza Geriatrica Università Cattolica del Sacro Cuore, Roma)
Du lundi au vendredi, 9.00-12.00
téléphone: **06/30156695**
mail: **info.cepsag@gmail.com**

Si vous avez besoin d'aide pour votre santé ou pour la santé de la personne que vous assistez:

- numéro d'utilité publique du Ministère de la Santé: **1500**
- numéros d'urgence, uniquement en cas de besoin grave: **112** or **118**
- Croix-Rouge italienne: **800 06 55 10**
- numéros mis à disposition par votre commune

Si vous avez besoin d'une aide psychologique:

- Numéro gratuit **800 991 414**, pour les personnes âgées. Actif tous les jours (y compris les samedis et dimanches), à partir de 14h00 à 19h00.
- Numéro gratuit **800 065 510** de la Croix-Rouge italienne. Il offre un soutien psychologique aux personnes de tous âges.
- Site Web du ministère de la Santé qui rend compte des initiatives nationales et régionales visant à fournir un soutien psychologique à la population: [Lien web](#).

Lien pour approfondir:

Lien web du Ministère de la Santé:

www.salute.gov.it/nuovocoronavirus

Lien web de l'institut supérieur de santé:

www.iss.it/coronavirus

www.epicentro.iss.it/coronavirus

Lien web World Health Organization:

www.who.int/

Lien web de Progetto Casa sicura - Campagna sulla salute e sicurezza per i collaboratori domestici stranieri in Italia: [Lien web](#)

Site Web du Conseil national de l'Ordre des psychologues, avec des suggestions sur la façon de gérer les émotions négatives liées à l'urgence sanitaire:

www.psy.it/psicologi-contro-la-paura

*Toutes ces actions
protègent votre santé
et celle de la personne
dont vous prenez soin.*

*Le coronavirus est
un problème qui nous
accompagnera pendant
beaucoup de mois.*

*C'est pourquoi les règles
d'hygiène et les conseils
de ce guide doivent intégrer
notre mode de vie, même
lorsque nous pourrons
à nouveau quitter la maison
et reprendre, au moins
en partie, nos habitudes*

**Ensemble
nous allons y arriver**

Gruppo di lavoro congiunto ISS, INAIL, CEPSAG

Ilaria Palazzesi, Claudia Giacomozzi, Carla Faralli,
Francesco Martelli, Graziano Onder, Paolo D'Ancona,
Annalisa Pantosti, Angela Spinelli, Barbara De Mei, Silvio
Brusaferro, ***Istituto Superiore di Sanità (ISS), Roma***

Sergio Iavicoli, Marta Petyx, Antonio Valenti, Emilia Paba,
Matteo Ronchetti, ***Istituto Nazionale per l'Assicurazione
contro gli Infortuni sul Lavoro (INAIL), Roma***

Flavia Caretta, ***Centro di Ricerca Promozione e Sviluppo
dell'Assistenza Geriatrica (CEPSAG), Università Cattolica
del Sacro Cuore, Roma***

Marco Musumeci, ***USL Umbria 2, Spoleto***

Progetto grafico e web design

Gaia Stirpe, Giacomo Fabbri,
Maria Cristina Ferretti

Comunicazione e disseminazione

ISS, INAIL, CEPSAG