

PRÉCAUTIONS SANITAIRES DANS LE CADRE DU CABINET (COVID-19)

> Précautions médicales

- En cas d'un ou de plusieurs signes tels que fièvre, toux, perte du goût ou de l'odorat, troubles digestifs, essoufflement inhabituel, ou test positif au covid, chacun s'engage à annuler sa venue au cabinet.
- Nous pourrions convenir ensemble d'une séance à distance, ou au cabinet, à une date ultérieure.
- Dans ce cas, les conditions d'annulation habituelles ne seront naturellement pas appliquées en cas d'annulation tardive.
- Par respect de l'engagement de chacun, je vous remercie néanmoins de me tenir informée au plus tôt en cas d'empêchement.

> Arrivée au cabinet et respect des horaires de rendez-vous

- L'accès au cabinet n'est possible que sur rendez-vous.
- La prise de rendez-vous s'effectue uniquement via la plateforme de prise de rendez-vous sécurisée Doctolib (<https://www.doctolib.fr/psychologue/toulouse/laetitia-pirrello-parnot>).
- La salle d'attente est fermée.
- Il vous est demandé d'arriver à l'heure précise de votre rendez-vous, sans avance, et d'attendre devant le cabinet, ou dans votre véhicule en m'adressant un SMS pour m'informer de votre arrivée.
- Dans tous les cas, je vous remercie de ne pas chercher à ouvrir la porte d'entrée du cabinet vous-même et d'attendre que je vienne vous accueillir pour entrer dans le cabinet.
- Un temps (de 15 minutes) est nécessaire pour permettre un temps suffisant de désinfection et d'aération entre chaque séance.
- La durée des séances ne pourra pas excéder 45 minutes.

> Port du masque obligatoire

- En l'état actuel de la situation sanitaire, des recommandations et en raison de vulnérabilités existantes, le port du masque est obligatoire au sein du cabinet, dès votre arrivée, et durant votre séance.
- Je vous accueillerai avec un masque.

> Sanitaires

- Par mesure d'hygiène, les sanitaires seront fermés, et ne seront accessibles que sur demande, en cas d'urgence.

- Dans la mesure du possible, merci de prendre vos précautions avant votre venue au cabinet.

> Durant votre séance

- Vous pourrez y accéder sans toucher aucune porte du cabinet.
- La chaise sera désinfectée entre chaque séance.
- Nos sièges seront plus espacés que d'habitude.
- Cette distance et cette configuration modifient le face-à-face auquel nous sommes habitués. Elles nous permettront d'échanger dans des conditions de sécurité optimales.
- Je vous remercie de prévoir vos propres mouchoirs, bouteille d'eau, gel hydroalcoolique, ou autres effets personnels en cas de besoin.

> Paiement de votre séance

- Il est possible de régler en carte bancaire via le service de règlement en ligne PayPal (<https://www.paypal.com/fr/webapps/mpp/home>)
- En cas de règlement par chèque, merci de compléter et de signer votre chèque avant de venir au cabinet.
- En cas de règlement par chèque ou espèces, votre paiement sera à déposer sur l'espace dédié à cet effet, sur le bureau.

> Fin de séance

- Je vous raccompagnerai à l'extérieur du cabinet pour vous éviter tout contact avec les poignées de porte avant votre départ.

> Rappel des gestes barrières

- Lavage très régulier des mains
- Tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir
- Utiliser un mouchoir à usage unique puis le jeter
- Saluer sans se serrer la main
- Respecter une distance d'au moins 1 mètre.

> Pour plus de précision à ce sujet et sur le port du masque :

<https://www.occitanie.ars.sante.fr/deconfinement-les-gestes-adopter>

Quelques informations en images

> Lien entre port du masque et niveau de protection

Protétons-nous, portons tous des masques



> Distance physique recommandée (au minimum)



Ci-après, page suivante, quelques informations complémentaires.

En vous remerciant par avance pour votre compréhension, ainsi que pour le respect de ces mesures.

COMMENT BIEN PORTER SON MASQUE ?



Avant de mettre ou enlever le masque, lavez-vous les mains avec de l'eau et du savon ou une solution hydro-alcoolique.



Pour le mettre :

- Tenez le masque par les lanières élastiques.
- Ajustez le masque de façon à **recouvrir le nez, la bouche et le menton.**



Pour l'enlever :

Décrochez les lanières élastiques pour décoller le masque de votre visage.



Il faut changer le masque :

- Quand vous avez porté le masque 4h.
- Quand vous souhaitez boire ou manger.
- Si le masque s'humidifie.
- Si le masque est endommagé.



Évitez de le toucher et de le déplacer.



Ne le mettez jamais en position d'attente sur le front ou sur le menton.



Ne mettez pas le masque dans votre poche ou votre sac après l'avoir porté. En attendant de le laver, isolez-le dans un sac en plastique.



Attention: si vous êtes malade, ce masque n'est pas adapté. Demandez l'avis de votre médecin.



Ce masque n'est pas destiné au personnel soignant.

COMMENT ENTRETENIR SON MASQUE ?



Lavez le masque à la machine avec de la lessive. **Au moins 30 min à 60°C minimum.**



Utiliser un sèche-linge ou un sèche-cheveux pour sécher votre masque, ou encore, le faire sécher à l'air libre sur une surface désinfectée.

ATTENTION : Ce masque ne remplace pas les gestes barrières.

Il ajoute une barrière physique, lorsque vous êtes en contact étroit avec d'autres personnes.



Lavez-vous très régulièrement les mains



Toussez ou éternuez dans votre coude ou dans un mouchoir



Utilisez un mouchoir à usage unique et jetez-le



Saluez sans se serrer la main, évitez les embrassades



Respecter une distance de 1 mètre