

Directive pour la deuxième phase Directive sur la distanciation sociale pour les familles avec enfants

DC Health recommande aux parents d'aider leurs enfants à jouer et à faire du sport de manière à éviter la propagation de la COVID-19 dans notre communauté. Lors de la deuxième phase, certaines aires de jeu sont rouvertes avec des mécanismes de protection et des recommandations de distanciation physique. Les mesures suivantes doivent être prises pour réduire le risque de transmission de COVID-19 au sein des familles et dans la communauté.

Halte à la propagation de la COVID-19

- Restez chez vous si vous ou vos enfants ne vous sentez pas bien.
- Pratiquez la distanciation sociale. Maintenez une distance d'environ 2 mètres avec ceux qui ne font pas partie de votre foyer.
- Les activités en plein air sont préférables aux activités en intérieur. Cependant, il est important de savoir que, **quel que soit le milieu, toute interaction avec plusieurs personnes augmente le risque** et qu'il est donc essentiel de respecter les principes de la distanciation sociale et de porter les protections pour visage préconisées.
- Portez une protection pour le visage en tissu lorsque vous êtes en compagnie d'autres personnes dans un lieu public. Le port d'une protection pour le visage ne dispense pas d'appliquer les gestes de distanciation sociale.
- Si vous n'avez pas la possibilité de porter une protection pour le visage, maintenez une distance de 2 mètres avec les autres.
 - Les masques ne sont pas recommandés pour les enfants de moins de deux ans ni pour ceux qui connaissent des difficultés respiratoires lorsqu'ils portent un masque.
- Lavez-vous fréquemment les mains à l'eau et au savon ou utilisez un désinfectant pour les mains contenant au moins 60 % d'alcool acheté en magasin (et non un désinfectant fait maison).
- Ne vous touchez pas les yeux, le nez et la bouche avec des mains non lavées.
- Si vous vous rendez dans une aire de jeu ou si vous devez passer du temps avec les membres d'un autre foyer (pour que vos enfants jouent ensemble) :
 - rencontrez-vous en plein air, si possible ;
 - assurez-vous que personne n'a été malade ou ne s'est trouvé en compagnie d'une personne malade au cours des deux dernières semaines ;
 - maintenez une distance d'environ 2 mètres avec toute personne ne faisant pas partie de votre foyer, lorsque cela est possible ;
 - portez une protection pour le visage en tissu ;
 - encouragez vos invités à apporter leur propre nourriture ;
 - évitez de partager la nourriture, les couverts ou tout autre article ;
 - lavez-vous les mains ou utilisez un désinfectant pour les mains à base d'alcool fréquemment et à la fin de la visite ;
 - lavez-vous les mains ou utilisez un désinfectant pour les mains à base d'alcool avant et après avoir utilisé les équipements de l'aire de jeu ;
 - tenez une liste des personnes avec lesquelles vous avez eu un contact.

- Nettoyez et désinfectez les surfaces et les objets les plus touchés au moins une fois par jour. Veillez à nettoyer toute saleté visible à l'eau et au savon avant de désinfecter. Pour de plus amples renseignements, consultez le site [cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prepare/cleaning-disinfection.html](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prepare/cleaning-disinfection.html).

Que dire à vos enfants

- Expliquez les gestes de la distanciation sociale (distance de 2 mètres avec d'autres personnes lorsque cela est possible).
- Parlez-leur de l'importance de se laver les mains. Dites-leur qu'ils doivent se laver les mains à l'eau et au savon pendant 20 secondes après être sorti ou après avoir utilisé la salle de bain, avant de manger ou avant de se toucher le visage.
- Dites-leur qu'ils doivent tousser ou éternuer dans un mouchoir ou dans leur coude, et qu'ils doivent éviter de se toucher le visage, les yeux, la bouche et le nez.
- Encouragez vos enfants à poser des questions et à exprimer leur inquiétude. Rappelez-vous que votre enfant peut réagir différemment au stress. Soyez patient(e) et faites preuve de compréhension.
- Évitez de stigmatiser qui que ce soit : appuyez-vous sur des faits et rappelez à votre enfant qu'il doit faire preuve de considération envers d'autres enfants qui sont peut-être harcelés ou taquinés. Rappelez-leur que le virus ne tient pas compte des limites géographiques, de l'appartenance ethnique, de l'âge, des capacités naturelles ou du sexe.
- Continuez à organiser des rencontres virtuelles avec les amis de vos enfants s'ils ne sont pas en mesure de respecter la distanciation sociale.

Évitez les situations suivantes

- Rencontres avec une personne subissant des symptômes.
- Rencontres entraînant un contact étroit et rendant impossible la distanciation sociale.
- Foules et rassemblements de plus de 50 personnes à quelque endroit que ce soit.

Les directives ci-dessus continueront d'être mises à jour. Veuillez consulter régulièrement le site [coronavirus.dc.gov](https://www.coronavirus.dc.gov) pour obtenir des renseignements à jour.