

# COVID-19

SOCIÉTÉ D'HABITATION DU QUÉBEC

## VĂ MUTAȚI ÎN TIMPUL PANDEMIEI?



### COVID-19: Practici de igienă corecte de urmat după mutare



An după an, sute de mii de locuitori din Quebec se mută, adesea cu ajutorul familiei și al prietenilor.

Dacă vă aflați în această situație în acest an, luați toate precauțiile necesare pentru a vă proteja pe dvs. și pe alții de virusul COVID-19.

Înainte de a vă decide să vă mutați, luați în considerare următoarele recomandări din partea guvernului pentru a limita răspândirea virusului:

- Dacă nu este neapărat să vă mutați, ar fi mai bine să reînnoiți contractul de chirie.
- Dacă este absolut necesar să vă mutați, angajați o companie acreditată pentru mutări care va aplica măsurile de prevenție necesare decretate de guvern.
- Dacă sunteți nevoit să faceți mutarea pe cont propriu, cereți doar ajutorul strict necesar de la rude sau prieteni sau evitați complet acest ajutor. Și cel mai important, urmați bunele practici de igienă și anume:



- **Evitați să vă atingeți fața;**



- **Spălați-vă des mâinile timp de 20 de secunde;**



- **Tușiți sau strănutați în încheietura cotului; și;**



- **Păstrați distanța de 2 metri de celelalte persoane.**



## Înainte de mutare

- Întrebați proprietarul despre situația recentă a sănătății chiriașilor anteriori. Dacă cineva dintre actualii sau foștii locatari din viitoarea locuință a prezentat simptome de COVID-19, contactați Info-Santé 811 pentru a explora soluțiile posibile;
- Întrebați la centrul de închiriere pentru transport de marfă sau la compania de mutări dacă camionul utilizat pentru mutare a fost dezinfectat cu o soluție pe bază de alcool;
- Asigurați-vă că aveți suficiente cantități de produse pentru curățenie;
- Planificați-vă secvența acțiunilor pentru asigurarea măsurilor de păstrare a „distanței sociale” în timpul mutării;
- Așezați articolele mai mici în apropierea intrării pentru a limita trecerea prin camere;
- Curățați și dezinfectați cu o soluție pe bază de alcool suprafețele atinse frecvent (de ex. mobila, aparatele casnice, clanțele);
- Împachetați cât de multe cutii puteți înainte de mutare și luați precauții cu privire la igienă la mânărea acestor obiecte; și
- Înțelegeți-vă cu chiriașul anterior sau proprietarul asupra datei când puteți intra în posesia locuinței pentru a evita să vă intersectați cu celălalt grup în ziua mutării.



## În timpul mutării

- Dacă în ziua mutării prezentați simptome de COVID-19, amânați mutarea și aplicați măsurile stabilite de autoritățile de sănătate publică;
- Nu acceptați ajutorul niciunei persoane cu simptome de COVID-19;
- La începutul mutării reamintiți tuturor importanța respectării următoarelor reguli de igienă decretate de autoritățile guvernamentale și desemnați o persoană drept „responsabil cu regulile de igienă”;
- Evitați să aveți prea multe persoane într-o încăpere în același timp;
- Respectați distanța fizică de 2 metri față de fiecare persoană, indiferent dacă sunt muncitori angajați pentru mutat, prieteni sau rude, atât în interiorul locuinței, pe casa scării sau în lift (maximum două persoane);
- Utilizați chingi pentru mutarea obiectelor mari, atât pentru respectarea măsurilor de păstrare a distanței, cât și al celor de protecția muncii;
- Purtați mănuși și respectați următoarele instrucțiuni:
  - Scoateți-vă mănușile înainte de a urca în vehicul și așezați-le într-o pungă sau un recipient cu capac;
  - Spălați-vă mâinile cu apă și săpun sau o soluție pe bază de alcool de fiecare dată când vă scoateți mănușile;
  - Dacă este necesar, puneți-vă din nou mănușile înainte de a vă părăsi vehiculul;
- Încredințați animalele de companie unei persoane care va avea grijă de ele și le va ține în altă parte pe timpul mutării;
- Înainte de a părăsi vechea locuință curățați camerele goale și dezinfectați clanțele cu o soluție pe bază de alcool pentru următorul locatar; și
- Ori de câte ori este posibil, alegeți o opțiune electronică pentru a primi facturile și a evita mânărea hârtiei.

## După mutare... aranjarea



- Curățați și dezinfectați camerele cu o soluție pe bază de alcool acordând o atenție deosebită suprafețelor atinse frecvent precum mobilă, aparate electrocasnice, clanțe și altele;
- Așteptați cel puțin 24 de ore înainte de a arunca cutiile goale;
- Nu scuturați rufele murdare, ci spălați toate articolele textile precum lenjeria de pat, prosoapele și îmbrăcămintea cu apă fierbinte și detergentul obișnuit;
- Acordați atenție deosebită dezinfectării sălii de baie (pereti, chiuvetă, toaletă, cadă).



## Pentru informații suplimentare vizitați:

- [Site-ul web cu privire la coronavirus al guvernului](#)
- [Site-ul web Institut national de santé publique](#)
- [Repertoriul firmelor acreditate](#)
- Informații despre [siguranța muncitorilor cu privire la mutări](#) (doar în limba franceză)
- Sfaturi cu privire la [alegerea unei companii de mutare](#)
- Sfaturi [cu privire la mutarea în siguranță](#) (doar în limba franceză)
- [Recomandări provizorii pentru companiile de mutare](#) (doar în limba franceză)

