Chrétiens de la paroisse Notre Dame de lourdes à Argenteuil à l’heure du Coronavirus

Une pandémie touche tout le monde. Aucun continent ne sera épargné.

Mais à notre niveau nous pouvons respecter les mesures de confinement pour diminuer la durée de l’épidémie et par conséquent, le nombre de malades graves et le nombre de décès.

 Voici quelques règles de vie pour mieux supporter le confinement et pour qu’il soit efficace et par conséquent plus court :

* Seule une personne par foyer et par semaine pour faire les courses
* Respecter les distances de sécurités +++
* Tousser dans le coude ou dans un mouchoir jetable qu’on jette dans la poubelle,
* Ne pas cracher par terre, ne pas postillonner son voisin
* Aérer au quotidien toutes les pièces de la maison
* Se laver +++ les mains avant de préparer le repas, avant et après manger, après les courses, après avoir récupéré les courses qu’on nous aura livré, après mouchage, après avoir jeté le mouchoir dans la poubelle, avant et après les toilettes
* Grand nettoyage quotidien des poignées de portes, fenêtres, interrupteurs, robinets, abattants des toilettes, claviers d’ordinateurs, portables, tablettes etc.
* Se dégourdir les jambes toutes les heures dans la maison, Positiver
* **Être attentif aux séniors +++ (Eloigner d’eux les jeunes de 0 à 30 ans) Prenez de leurs nouvelles par téléphone**
* Soigner son coin prière pour se retrouver en tête à tête avec le Seigneur, prier Marie (Notre Dame de Pontoise a sauvé nos ainés de la peste et nous sauvera du Covid 19
* Faire la paix avec soi-même et avec les autres

Faisons tout pour rester en vie en bonne santé les uns pour les autres.

Espérance Sanni (Pédiatre)