

Sorties pour "s'aérer" ou pour faire de l'exercice physique :

- pas plus d'une heure, une fois par jour
- à moins de 1 km de chez soi
- pour pratiquer **seul** une activité sportive
- pour se promener **avec les personnes avec lesquelles je suis confiné(e)**
- pour sortir **mon animal de compagnie**



Santé

Les sorties individuelles pour raison médicale ne sont autorisées que pour **les soins qui ne peuvent être différés ou ne peuvent être assurés à distance** : soins urgents, soins de personnes en affection de longue durée (ex : dialyse).

