

Le 14 mars 2020

## **Objet : Information sur le Coronavirus (COVID-19) pour les organismes communautaires de la région de la Capitale-Nationale**

---

La présente vise à vous informer et à préparer votre milieu en termes de bonnes pratiques de prévention et de contrôle des infections. Ces pratiques visent à minimiser l'impact sur les personnes les plus vulnérables s'il y avait des cas de coronavirus (COVID-19) dans notre région.

### Au plan administratif

- Comme la contribution des organismes communautaire est importante dans le contexte actuel, ces derniers doivent dans la mesure du possible demeurer ouverts;
- Sur la question des enjeux liés à la gestion des ressources humaines (personnel rémunéré et bénévole), nous suggérons que les organismes communautaires appliquent les directives émises par le Gouvernement du Québec (voir encadré plus bas)
  - Pour les citoyens de retour de voyage:
    - Toute personne ayant séjourné à l'extérieur du pays et qui revient au Canada, à compter du 12 mars à 12 h (midi), est visée par un isolement obligatoire de 14 jours calendrier à compter de la date du retour.
    - En ce qui concerne la rémunération des personnes ciblées par des mesures d'isolement, nous n'avons reçu aucune directive ministérielle à ce stade-ci.
  - Pour les personnes qui présentent des symptômes:
    - Elles doivent se placer en isolement volontaire tant que les symptômes sont présents. Pour les organismes œuvrant en itinérance, des consignes sont intégrées à l'annexe 4. Si d'autres consignes nous sont acheminées celles-ci vous seront adressées dans les plus brefs délais.
- Les organismes peuvent, s'ils le jugent pertinent, élaborer leur propre plan de contingence pour une période déterminée.
- Étant donné l'évolution rapide de la situation, de nouvelles directives pourraient être communiquées au cours des prochains jours.

### Au plan des mesures d'hygiène et de prévention et de contrôle des infections

Le **lavage des mains et l'hygiène respiratoire** sont recommandés pour tous et sont les meilleures pratiques à effectuer afin de prévenir la transmission de la majorité des infections respiratoires et gastro-intestinales. Elles préviennent par exemple, la transmission du coronavirus, de la grippe (influenza), du rhume et de la gastro-entérite.

Voici les mesures recommandées :

### **Comment et quand se laver les mains :**

- Laver vos mains avec du savon et de l'eau, pendant au moins 20 secondes (annexe 1).
- S'il n'y a pas d'eau et de savon disponibles, utiliser un produit antiseptique pour les mains à 70 % d'alcool (annexe 2).
- Laver vos mains :
  - Dès l'arrivée et au départ du milieu;
  - Avant de manger;
  - Après être allé à la toilette;
  - Chaque fois que les mains sont visiblement souillées.
- Mettre en évidence à l'entrée de votre établissement une affiche afin d'inviter les personnes à effectuer le lavage des mains à l'arrivée et au départ de celui-ci.
- S'assurer de rendre disponible de la solution antiseptique de type Purell pour les mains dans votre établissement.

### **Comment tousser ou éternuer sans contaminer les autres (annexe 3) :**

- Utiliser un mouchoir en papier pour tousser, vous moucher ou éternuer.
- Jeter le mouchoir en papier dans une poubelle et, ensuite, lavez vos mains.
- Si vous n'avez pas de mouchoir en papier, tousser ou éternuer dans le creux de votre coude.

### **Masques**

- Seules les personnes malades, comme celles qui toussent ou font de la fièvre, devraient porter un masque pour protéger les autres personnes.
- Le port du masque chez une personne qui n'est pas malade n'est pas une mesure utile pour protéger les autres.

### **Nettoyage**

- En général, après la tenue d'une activité, les surfaces et les objets qui sont fréquemment touchés (ex. : poignées de porte, rampes, lumières, comptoirs, lavabos, tables, chaises);
- Dès que souillure (ex. : crachats), les surfaces et les objets contaminés.
- Avoir des papiers-mouchoirs et des poubelles en quantité suffisante et qui sont vidées de façon régulière, leur prévoir un couvercle au besoin (ex. : si elles risquent d'être fouillées).
- Les produits désinfectants usuels, tels que l'eau de javel peuvent être utilisés pour procéder au nettoyage.

## **Objets**

- Éviter de partager des objets personnels.

## **Visiteurs / clients de votre établissement**

- Demander aux clients ou visiteurs de reporter leur visite (dans la mesure du possible) s'ils présentent des symptômes respiratoires comme de la toux, de la fièvre ou des symptômes gastro-intestinaux.
- Demander aux clients ou visiteurs de reporter leur visite s'ils reviennent de voyage à l'étranger (hors du Canada) depuis moins de 14 jours. Cette mesure particulière est recommandée par prudence, puisque votre clientèle pourrait être plus vulnérable aux infections.

Nous vous remercions de votre grande collaboration.

Pour obtenir rapidement de l'information générale concernant le coronavirus, veuillez visiter le site Web : [Quebec.ca/coronavirus](http://Quebec.ca/coronavirus).

Pour de plus amples informations sur le coronavirus ou si vous présentez des symptômes (décrire les symptômes?) en lien avec le coronavirus, veuillez appeler le 1-877-644-4545. Vous serez alors redirigé vers la ligne 811 où des professionnels seront en mesure de répondre à vos questions et pourrons vous orienter vers les meilleures ressources en fonction de votre état de santé.

Pour des préoccupations organisationnelles, une modalité vous sera acheminée, d'ici mardi afin de favoriser la réponse à vos besoins.

## Annexe 1

# Le lavage des mains, simple et efficace !



**1** MOILLER



**2** SAVONNER



**3** FROTTER DE 15  
À 20 SECONDES



**4** NETTOYER  
LES ONGLES



**5** RINCER



**6** SÉCHER



**7** FERMER AVEC  
LE PAPIER

Québec.ca

# Comment désinfecter vos mains



1

Prenez un peu de produit antiseptique (liquide, gel ou mousse).



2

Frottez le bout des doigts.



3

Frottez l'intérieur des mains et les pouces.



4

Frottez entre les doigts.



5

Frottez l'extérieur des mains.

**FROTTEZ LES MAINS JUSQU'À CE QU'ELLES SOIENT SÈCHES, SANS UTILISER DE PAPIER ESSUIE-MAINS.**

Québec.ca

Votre  
gouvernement

Québec

## Annexe 3

PROTÉGEZ LA SANTÉ DES AUTRES !

# Tousser ou éternuer sans contaminer



1

Couvrez votre bouche et votre nez avec un mouchoir de papier lorsque vous toussiez ou éternuez.



2

Jetez le mouchoir de papier à la poubelle.



3

Si vous n'avez pas de mouchoir de papier, toussiez ou éternuez dans le pli de votre coude ou le haut de votre bras.



4

Lavez-vous les mains souvent. Si vous n'avez pas accès à de l'eau et du savon, utilisez un produit antiseptique.

**SI VOUS ÊTES MALADE, ÉVITEZ DE RENDRE VISITE À VOS PROCHES.**

Québec.ca

Votre  
gouvernement

Québec

## Annexe 4

### *Coronavirus (COVID-19) : conseils et mesures préventives destinés aux ressources en itinérance au Québec*

---

#### **1. Hygiène**

- Afficher les informations relatives au coronavirus : <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2014/14-268-05F.pdf>
- Encourager fortement le lavage fréquent des mains (eau et savon ou usage de produits antiseptiques).
- Éviter de se toucher les yeux, le nez ou la bouche avec les mains.
- Éternuer ou tousser dans un papier mouchoir ou dans sa manche (pli du coude, bras, creux de l'épaule). Se laver les mains après s'être mouché. Ne pas toucher à d'autres personnes ou à des objets avant de s'être lavé les mains.
- Nettoyage :
  - en général, après la tenue d'une activité, les surfaces et les objets qui sont fréquemment touchés (ex. : poignées de porte, rampes, lumières, comptoirs, lavabos, tables, chaises);
  - dès que souillure (ex. : crachats), les surfaces et les objets contaminés.
- Avoir des papiers-mouchoirs et des poubelles en quantité suffisante et qui sont vidées de façon régulière, leur prévoir un couvercle au besoin (ex. : si elles risquent d'être fouillées).
- Encourager le personnel et les bénévoles malades à rester à la maison (ou à être renvoyés chez eux s'ils le deviennent), pour éviter de transmettre l'infection à d'autres.
- Les produits désinfectants usuels tel que l'eau de javel peuvent être utilisés pour procéder au nettoyage.

#### **2. Accueil et référence de la clientèle**

- Lavage des mains ou usage d'un produit antiseptique pour tous, dès l'entrée.
- Vérifier les symptômes/posez les questions : Pensez-vous faire de la fièvre? Toussez-vous? Avez-vous de nouveaux symptômes de grippe? Si oui, diriger la personne symptomatique vers la zone chaude (voir *Aménagement des lieux*).
- Consulter au besoin Info-Santé et Info-Santé en composant le 811.

#### **3. Aménagement des lieux**

- Établir un plan de gestion des lits (section de quarantaine).
- Créer des zones froides (aire où l'on regroupe les personnes sans symptôme) et des zones chaudes (aire où l'on regroupe les personnes avec des symptômes).
- Disposer les lits et les chaises à distance de 3 pieds.
- Disposer les lits en position « tête-pied ».

#### **4. Aménagement des services**

- Modifier l'organisation des services afin de diminuer la mobilité des personnes, par exemple, arrêter les périodes de carences dans les services d'hébergement d'urgence et prolonger les heures d'ouverture.

#### **5. Plan de contingence**

- Développer une politique d'absentéisme et de congés-maladie flexibles. Le personnel et les bénévoles peuvent avoir besoin de rester à la maison lorsqu'ils sont malades, qu'un membre de leur famille est malade ou en cas de fermeture d'école de leurs enfants.
- Identifier les fonctions et postes critiques et planifier comment leur poursuite pourra être assurée (ex. former de nouveaux membres du personnel dans divers postes essentiels).
- Identifier les services non essentiels que vous pourriez fermer.

#### **6. Provision de matériel**

- Prévoir suffisamment de fournitures (nourriture, savon pour les mains, produits d'entretien, etc.). Un approvisionnement de quatre à huit semaines est recommandé.

### **Source**

Ce document a été produit par le Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal avec la collaboration du ministère de la Santé et des Services sociaux. Les éléments mentionnés dans ce document s'appuient sur la connaissance actuelle du fonctionnement du coronavirus.

Une mise à jour de ce document sera faite, au besoin.