Consignes simplifiées pour les personnes qui reçoivent un résultat de test positif*

*(résultat de test antigénique (test rapide ou autotest), un test ID NOW ou un test PCR laboratoire)

Consignes pour la personne positive	Précisions
Je m'isole pendant 10 jours <u>Ce qui veut dire :</u> • je reste à la maison, Et si possible • je m'isole des autres membres de la maisonnée	On calcule les 10 jours à partir : - De la date de début des symptômes (si elle est facile à identifier), OU - si la personne n'a pas de symptômes, on calcule à partir de la date où le test a été prélevé.
Si j'ai fait mon test moi-même, j'avise **Info santé** de mon résultat positif	Appelez au 1-888-662-7482 et signifier que votre autotest est positif. Si vous avez fait votre test au CSLC, vous n'avez pas à aviser Info santé.
J'identifie mes contacts et je leur transmets des consignes (explications section suivante). J'avise les responsables des milieux que je fréquente, précisément, mon **milieu de travail** ou **école**, **milieux de garde,** etc.	Les contacts sont tous ceux ayant été proches et sans masque. Exemples : - personnes vivant dans le même domicile; - famille et amis qui ont été visités dans les derniers jours; - collègues de travail avec qui j'ai interagi sans masque Les personnes qui ont toujours porté le masque ne sont pas des contacts, par exemple, les collègues de travail, si le port du masque est respecté. La garderie et l'école doivent être avisées si un enfant a un test positif. Ils feront l'intervention auprès de la classe touchée.

ᓄᓇᕗᒻᒥ ᐃᓗᓯᓕᕆᓂᕐᒧᑦ ᑲᑎᒪᔨᑦ
RÉGIE RÉGIONALE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX DU NUNAVIK
NUNAVIK REGIONAL BOARD OF HEALTH AND SOCIAL SERVICES

Consignes simplifiées pour les personnes qui sont identifiées comme contacts

Consignes pour les contacts	Précisions
Si je suis identifié contact de cas, je suis à risque de développer la maladie et la transmettre à d'autres	Si je suis identifié contact de cas il faut : • Appeler le CLSC pour avoir rendez-vous pour faire un test de dépistage
Si je suis un contact et je **ne vis pas** avec la personne positive : - Je dois m'isoler (rester à la maison) pendant 10 jours et passer un test de dépistage	Pour l'isolement, on calcule les 10 jours : • À partir du jour de la dernière visite ou fréquentation du cas avec test positif On fait un test : • Dès que possible **et** • Au jour 7 de l'isolement On lève son isolement au jour 10 si aucun symptôme et résultat négatif
Si je suis un contact et je vis **dans la même maison** qu'un cas positif : - Je dois rester à la maison pendant 14 jours et passer un test de dépistage	Pour l'isolement, on calcule les 14 jours : - À partir du jour de prélèvement de la première personne de la maisonnée qui a reçu un résultat de test positif On fait un test : • Dès que possible **et** • Au jour 10 ou 11 de l'isolement On cesse son isolement au jour 14 si on n'a aucun symptôme et si nous n'avons pas été avisés d'un résultat positif, et ce même si d'autres personnes de la maisonnée ont reçu des tests positifs
Je suis contact et mon test est positif durant ma période d'isolement	Je deviens un cas confirmé de COVID. Je dois redébuter mon isolement pour une durée de 10 jours, voir section « Consignes simplifiées pour les cas »

Informations importantes

- Les personnes vulnérables de la maisonnée doivent être protégées : si la famille décide de faire leur isolement ensemble, s'assurer que des mesures (port du masque, ventilation, distanciation) pour protéger les personnes vulnérables (femmes enceintes, personnes ayant des maladies chroniques, celles dont le système immunitaire est affaibli ou personne âgée) sont prises.
- Les personnes qui désirent recevoir un vaccin (pour leur 1re, 2e ou dose de rappel) peuvent le faire 8 semaines après avoir eu un test positif.
- Les personnes qui ont fait une COVID récente (moins de 1 mois) n'ont pas à se réisoler si elles sont à nouveau exposées à une personne positive.
- Recevoir un test positif ou être nommé comme contact peut être difficile à vivre. La COVID-19 circule beaucoup; tout le monde peut être touché par la COVID-19, même au Nunavik.
- Restez à l'affut des nouvelles consignes, les recommandations suivent l'évolution des connaissances et changent souvent !

Pour des informations détaillées, consultez : *Démystifiez l'isolement : Principes directeurs (https://nrbhss.ca/sites/default/files/covid19/How_to_isolate_presentation_FR.pdf)*