



Nom et logo de l'entrepreneur

PROTOCOLE

RETOUR AU TRAVAIL SUR LES CHANTIERS DE CONSTRUCTION DU NUNAVIK (COVID-19)

Je, _____, représentant autorisé de la compagnie ou de l'organisation
_____ confirme que j'ai lu et compris ce document
de 48 pages. De plus, cette direction, ses travailleurs et ses sous-traitants se conformeront à
tous les mesures décrites dans le présent protocole en ce qui concerne nos projets au Nunavik.

Signature : _____

Nom : _____

Titre : _____

Date : _____

Veillez noter

Les informations qui suivent sont, pour la plupart, basées sur la documentation scientifique et technique la plus récente. Ce document peut donc être modifié en fonction de l'évolution de la maladie et de l'émergence de nouvelles connaissances. Le représentant de l'entrepreneur sur place doit être en contact régulier avec le NV pour s'assurer du respect de l'accord et de toutes les règles applicables. Le NV doit recevoir une copie de ce protocole à titre de référence.



Table des matières

Informations importantes.....	4
Protocole d'hygiène de base sur le chantier.....	4
Quarantaine liée au voyage.....	5
Arrivée et départ en avion - travailleurs externes.....	10
Accès au chantier et au camp.....	10
Santé des travailleurs et des visiteurs.....	11
Questionnaire d'état de santé.....	11
Retour sur le chantier.....	12
Mesures d'assainissement et d'hygiène.....	12
Distanciation physique.....	12
Étiquette respiratoire.....	14
Lavage des mains.....	14
Véhicules.....	14
Véhicules pour le transport des travailleurs.....	14
Véhicules utilitaires et machinerie lourde.....	15
Hébergement.....	15
Entretien des chambres et des dortoirs.....	16
Nettoyage et désinfection.....	17
Recommandations générales.....	17
Outils et équipement.....	17
Espace de travail et appareils électroniques.....	17
Véhicules, dispositifs de hissage et équipement de protection.....	18
Mesures de protection pour le personnel d'entretien/de nettoyage.....	18
Mesures de protection pour les employés qui manipulent de la nourriture.....	18
Mesures de protection pour le personnel attiré au lavage.....	19



Installations sanitaires	19
Lavabo pour le lavage des mains	19
Toilettes	20
Repas	20
Pauses et temps libres	21
Hygiène personnelle	21
Douche	21
Lavage	22
Manutention (expédition et réception) de marchandises et d'autres articles sur le chantier	22
Équipement de protection individuelle	23
Orientation des travailleurs et autres réunions	23
Réunions	23
Orientation	24
Communauté	24
Soins et symptômes	25
Symptômes et isolement des travailleurs	25
Précautions d'isolement pour les travailleurs	25
Stress, anxiété et dépression	27
Confirmation de prise de connaissance du contenu du document	28
Références	29

NOTE IMPORTANTE : Le masculin est utilisé dans ce document afin d'alléger le texte et s'applique autant aux femmes qu'aux hommes.



Informations importantes

Des résidents locaux doivent être embauchés pour effectuer des tâches qui nécessitent des interactions avec la communauté, par exemple, le ramassage et la livraison de l'épicerie et de diverses marchandises au camp. Ces personnes ne doivent jamais être en contact avec les travailleurs de la construction mis en quarantaine ni entrer dans les installations.

Un travailleur de la construction qui présente des symptômes devra être évalué et testé. Un appel doit être passé à la ligne de santé COVID-19 (1 888 662-7482) avant que le travailleur se rende à la clinique locale.


La direction de la santé publique mènera une enquête chaque fois qu'un travailleur recevra un résultat positif à la COVID-19. De plus, tout travailleur dans cette situation sera probablement évacué vers le Sud, à la fois pour recevoir les soins nécessaires et pour réduire le risque de transmission au sein de la communauté.

Les personnes qui ont été en contact avec un cas confirmé de COVID-19 devront être isolées, une mesure qui pourrait nécessiter une évacuation. Les évacuations à cette fin relèvent de la responsabilité de l'entrepreneur. L'isolement est d'une durée minimale de 14 jours et les conditions de retour au travail sont du ressort des responsables de la santé publique.

Protocole d'hygiène de base sur le chantier

Les recommandations standards de la santé publique par rapport aux mesures d'hygiène doivent être suivies. Plus spécifiquement, il faut :

- se laver les mains fréquemment, avec du savon et de l'eau, pour au moins 20 secondes;
- éviter de toucher ses yeux, son nez et sa bouche (pour prévenir la contamination);
- utiliser un désinfectant à base d'alcool si n'avez pas accès à du savon et à de l'eau;
- respecter les règles d'hygiène lors de la toux ou de l'éternuement, c'est-à-dire se couvrir la bouche et le nez avec le coude pour réduire la propagation des microbes et, si on utilise un mouchoir, le jeter aussitôt que possible et se laver les mains;
- rester à la maison et se confiner à une pièce isolée si on éprouve des symptômes (toux, fièvre, difficultés respiratoires, perte de l'odorat ou du goût);

- 
- éviter les contacts directs lorsqu'on salue des gens, mais plutôt adopter des pratiques différentes;
 - garder une distance physique de deux mètres des autres personnes.

Quarantaine liée au voyage

Quarantaine : Tous les gens qui voyagent au Nunavik à partir du Sud doivent effectuer une quarantaine de 14 jours.

Une quarantaine pré-départ est une quarantaine ininterrompue jusqu'au jour du voyage, où les voyageurs doivent quitter leur maison. À ce moment, ils doivent respecter les mesures de distanciation sociale, éviter les transports en commun (ou porter un masque si c'est leur seul moyen de se rendre au lieu de départ) et se laver les mains régulièrement. La quarantaine de 14 jours est nécessaire, même si des tests de dépistage de la COVID-19 ont été effectués avant le départ.

Il est fortement recommandé que les travailleurs qui se rendent au Nunavik se soumettent à une quarantaine pré-départ volontaire, laquelle réduit grandement la probabilité d'importer la COVID-19, ce qui pourrait compromettre les activités de construction.


Chaque jour supplémentaire de quarantaine réalisé au sud contribue grandement à réduire le risque d'importer la COVID-19 au camp et au chantier de construction. La quarantaine pré-départ contribue significativement à assurer la sécurité de tous et à éviter l'isolement potentiel de travailleurs ou encore la fermeture du chantier.

À noter qu'une période de quarantaine devra également être effectuée dans le Nord. Les travailleurs peuvent exercer leurs fonctions pendant la quarantaine, et des mesures strictes sont alors mises en place pour réduire le risque de transmission (voir les mesures d'isolement et de distanciation applicables aux travailleurs essentiels pour plus de détails). Ils doivent rester en quarantaine en dehors de leurs heures de travail.

Exigences pour la quarantaine pré-voyage :

Restez à la maison

- Ne vous rendez pas au travail, au magasin ou dans tout endroit public;
- Ne visitez pas des gens et ne recevez pas de visite chez vous;
- Planifiez votre quarantaine et faites toutes vos commissions avant le début de celle-ci ou demandez à quelqu'un de faire ces emplettes pour vous;

- 
- Vous pouvez sortir prendre des marches, mais vous devez le faire seul (ou avec un membre de votre famille en quarantaine avec vous) et respecter la distance de deux mètres des autres en tout temps.

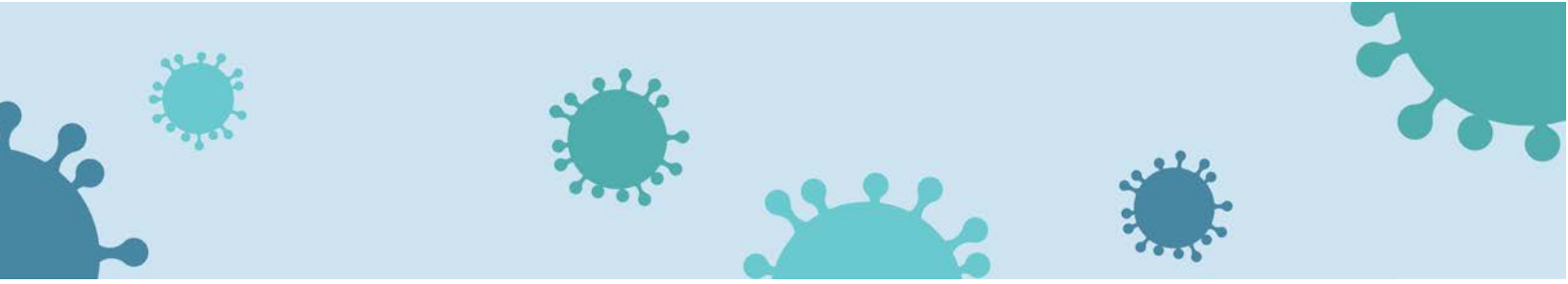
Lavez vos mains souvent

- Lavez vos mains avec du savon et de l'eau pour au moins 20 secondes;
- S'il n'y a pas de savon ou d'eau disponible, utilisez un désinfectant pour les mains qui contient au moins 60% d'alcool. Assurez-vous que vos mains soient exemptes de saletés visibles et de contamination;
- Lavez vos mains avant et après le repas, avant et après les toilettes et chaque fois qu'elles vous paraissent sales.

Interactions avec votre famille

- Vous pouvez choisir de faire votre quarantaine avec votre famille ou à l'écart de celle-ci. Dans le premier scénario (où le respect des consignes de distanciation physique peut être impossible, surtout si vous avez de jeunes enfants), la maison entière doit être en quarantaine avec vous et suivre les règles mentionnées ci-dessus;
- Si des membres de votre famille ne peuvent effectuer la quarantaine avec vous (si, par exemple, votre conjoint(e) a un travail et doit quitter la maison pour aller travailler), vous devez vous isoler complètement d'eux :
 - en ayant votre propre chambre, dans laquelle vous devez dormir seul;
 - en évitant les aires communes le plus possible;
 - en portant un couvre-visage et en gardant une distance de deux mètres des autres lorsque vous devez être dans une pièce avec les autres;
 - en étant la seule personne à utiliser une salle de bain désignée (si possible);
 - en mangeant seul (et pas avec votre famille);
 - en évitant de partager les assiettes, les ustensiles, les verres, les tasses, les serviettes, les draps, les vêtements ou tout autre objet.

Si vous êtes malade ou que quelqu'un de votre famille est malade (toux, fièvre de plus de 38°C/100.4°F, frissons, difficultés respiratoires, perte de l'odorat, diarrhée, épuisement, mal de tête inhabituel, douleurs musculaires), veuillez appeler la ligne d'information santé pour passer un test de dépistage de la COVID-19 et communiquez avec votre employeur.



Questionnaire pré-embarquement : Il est obligatoire de répondre à certaines questions avant de monter à bord d'un bateau ou d'un avion. Les gens éprouvant des symptômes de la COVID-19 (toux récente, fièvre ou difficultés respiratoires) peuvent se voir refuser l'embarquement à l'aéroport. Les gens ayant voyagé à l'étranger ou ayant été en contact avec une personne souffrant de la COVID-19 dans les 14 derniers jours se verront refuser l'entrée au Nunavik (ils pourront y voyager une fois leur quarantaine terminée.)

Tests de dépistage: Référez-vous au document "Orientation régionale de santé publique pour la procédure d'autorisation d'entrée au Nunavik". Pour l'information détaillée communiquez à : surveillance.vigie.nrbhss@ssss.gouv.qc.ca.


Les tests de dépistage sont une mesure de protection, mais ne sont pas parfaits. Un porteur du virus pourrait obtenir un résultat négatif jusqu'à ce que le virus soit en quantité assez importante dans l'organisme pour être détecté. Il est donc très important que les tests soient utilisés en conjonction avec les mesures de quarantaine pour assurer la sécurité de tous.

Les tests de dépistage comprennent aussi certaines limites et peuvent être négatifs même quand quelqu'un est infecté. Ils peuvent aussi générer un résultat positif chez une personne guérie d'une infection à la COVID-19 il y a longtemps. Dans des cas très rares, ils peuvent aussi donner un faux positif.

Les gens ayant subi des chirurgies, ayant eu des problèmes de nez ou de gorge ou ayant contracté la COVID-19 dans les trois derniers mois (avec preuve à l'appui) peuvent ne pas être tenus de se faire dépister. Référez-vous à l'infirmière qui effectue les tests si un travailleur est concerné par cette situation.

 **NOTES :**

- Aucun certificat médical n'est requis pour retourner au travail;
- La température des travailleurs pourrait être prise à l'aéroport.

 **IMPORTANT:** Les travailleurs doivent remplir le questionnaire de retour au travail (Voir annexe D pour une copie du questionnaire). Une fausse déclaration ou une falsification de dossier pourrait entraîner des mesures administratives ou disciplinaires allant jusqu'à l'exclusion du chantier pour une période indéfinie.

Quarantaine des nouveaux travailleurs et des consultants

Nouveaux travailleurs

Quand un travailleur arrive dans la communauté

L'employeur est responsable du respect des mesures de quarantaine OBLIGATOIRE pour tous les travailleurs en provenance de l'extérieur du territoire du Nunavik, pour une durée de 14 jours.

Une aile ou une section des installations doit être réservée aux nouveaux travailleurs (une catégorie qui inclut aussi les gens revenant d'un congé) pour qu'ils puissent être à l'écart, pour **une quarantaine de 14 jours**, des travailleurs déjà sur place, ceci afin d'éviter une contamination potentielle.

Si un travailleur commence à éprouver des symptômes, il doit garder son masque et retourner à sa chambre immédiatement, où il sera gardé en isolement pendant que ses symptômes sont évalués et que sa température est prise. Voir la section « Soins et symptômes » pour plus d'information.

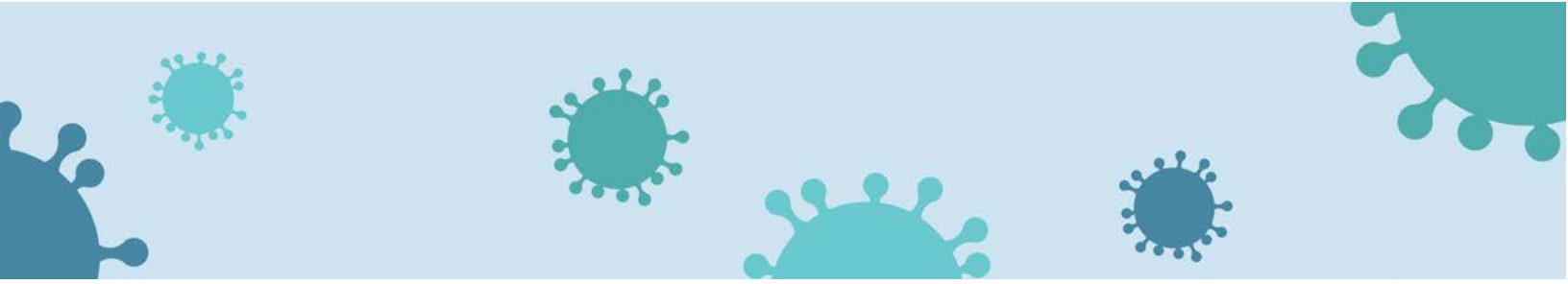
Pendant la quarantaine de 14 jours, les travailleurs doivent porter un masque procédural ou médical ainsi qu'une protection oculaire. Ils doivent effectuer leurs tâches à deux mètres des autres travailleurs et éviter de partager leurs outils. Si le partage d'outils est nécessaire, ceux-ci doivent être désinfectés après usage.

Les mesures d'hygiène et d'étiquette respiratoire doivent être suivies à la lettre.

Les travailleurs en quarantaine doivent avoir une douche et des toilettes à part, situées à au moins deux mètres des installations utilisées par les autres travailleurs. La douche doit être désinfectée après chaque utilisation et les toilettes, deux fois par quart de travail.

Durant leur quarantaine, les travailleurs doivent manger dans leur chambre. De plus :

- le cabaret de nourriture doit être placé en avant de la chambre (sur un tabouret propre);
- le travailleur devrait être informé que son repas a été livré afin qu'il puisse ramasser le cabaret et manger dans sa chambre.
- Une fois le repas terminé :
 - le cabaret est laissé devant la porte et ramassé par une personne portant un masque, une protection oculaire et des gants;
 - la vaisselle et le cabaret sont immergés dans l'eau chaude;
 - le travailleur ayant manipulé la vaisselle et le cabaret enlève ses gants, lave ses mains, retire sa protection oculaire et son masque et se lave les mains une deuxième fois.



Pendant leur quarantaine, les travailleurs peuvent sortir à l'extérieur pour marcher, mais il leur est interdit d'entrer dans les édifices. Ils doivent aussi garder une distance de deux mètres de toute personne qu'ils rencontrent. Les sorties dans la communauté ne sont pas permises.

À la fin de la période de quarantaine, un travailleur peut être transféré d'une unité à l'autre.

La chambre d'un travailleur en quarantaine doit être désinfectée conformément aux instructions de ce document avant d'être assignée à un autre (nouveau) travailleur.

SUR LE CHANTIER : Les membres d'une même équipe de travail devraient rester ensemble. Il faut éviter de mélanger les travailleurs de deux équipes de travail différentes étant donné que ces équipes pourraient être à une étape différente de leur quarantaine.

Les employés locaux/inuits peuvent être embauchés mais ne peuvent pas travailler avec des gens en quarantaine.

Consultants, chargés de projet, inspecteurs


Les consultants, les gestionnaires de projets, les inspecteurs et les autres travailleurs sont soumis aux mêmes restrictions que les nouveaux travailleurs arrivant au Nunavik. Ils doivent notamment rester à leur hôtel et soit consommer les aliments qu'ils ont apportés du Sud, soit se faire livrer des repas du camp.

Sur le chantier, ces différents professionnels doivent porter un masque procédural ou médical ainsi qu'une protection oculaire, travailler à une distance de 2 mètres de tous les autres travailleurs, s'abstenir de partager des objets personnels (ex. : stylos, etc.) et des équipements de travail qui n'ont pas été désinfectés après usage. À l'hôtel, ils doivent porter un masque dans les zones communes. Ils peuvent préparer leurs repas dans la cuisine, mais sont tenus de manger dans leur chambre.

Toutes les chambres doivent être désinfectées conformément aux instructions figurant dans le présent document avant d'être attribuées à un nouveau travailleur.

Si un travailleur ou un consultant développe des symptômes

Les personnes infectées par la COVID-19 peuvent développer peu de symptômes ou être asymptomatiques. Les symptômes peuvent se manifester jusqu'à 14 jours après l'exposition ou, dans certains cas, ne jamais apparaître.



Les symptômes comprennent :

- un élément parmi les suivants : fièvre (supérieure à 38°C ou 100,4°F), toux, difficultés respiratoires et perte du goût ou de l'odorat
- OU
- deux éléments parmi les suivants : Diarrhée, mal de gorge, fatigue inhabituelle, maux de tête ou douleurs corporelles (non causées par un travail physique)

Les personnes qui présentent ces symptômes doivent être isolées et testées pour la COVID-19 au CLSC. Les travailleurs peuvent aussi la ligne Info Santé à tout moment s'ils ont des questions par rapport aux symptômes ou pour obtenir un rendez-vous pour un test.

1 888 662-7482

Arrivée et départ en avion - travailleurs externes

Les travailleurs externes (surtout du Sud) doivent se conformer aux mesures fédérales, provinciales et territoriales du voyage par avion au Nunavik (Référence no.2). Les passagers voyageant par avion doivent porter un masque ou un couvre-visage, conformément aux mesures de Transport Canada (Référence no.3).

Les voyageurs doivent aussi porter des pantalons et un chandail avec des manches pour éviter les contacts de peau.

Durant le vol, les conversations sont interdites étant donné qu'elles peuvent faciliter la transmission de microbes.

Accès au chantier et au camp

L'accès au chantier et au camp est maintenant surveillé plus étroitement. Il est notamment recommandé :

- d'assurer un certain temps entre l'arrivée et le départ des travailleurs;
- d'évaluer, par l'entremise d'un questionnaire journalier, la santé des travailleurs et des visiteurs qui entrent sur le site et le camp. (Voir Annexe A – Questionnaire d'accueil journalier) Le questionnaire est fait pour :
 - vérifier qu'aucun travailleur ou visiteur ne présente de symptômes de la COVID-19, conformément aux recommandations des autorités de la santé publique;
 - servir d'outil d'assistance à toute enquête sur les différents contacts d'une personne, au besoin et lorsque nécessaire;

- d’avoir une liste de numéros de téléphone pour tous les travailleurs qui entrent sur le site.

Certains outils, décrits ci-dessous, sont disponibles pour aider à faire respecter les mesures d'hygiène sur le chantier :

- Des panneaux clairs, affichés à tous les points d’accès au chantier et du campement;
- La mise en place d’un questionnaire obligatoire préalable à l’entrée (registre);
- Les mesures de distanciation physique (minimum de deux mètres);
- Le lavage des mains obligatoire à l’entrée et à la sortie du site et une consigne de laisser les bottes à l’entrée et les manteaux dans la chambre;
- Un accès limité strictement aux travailleurs du chantier (Annexe B – Affiche de personnel autorisé).



IMPORTANT : Un travailleur présentant des symptômes liés à la COVID-19 doit informer immédiatement le responsable du site, le superviseur, le gestionnaire de projet, le directeur et le CLSC local pour une évaluation de la situation et le déploiement du protocole d'isolement. (Annexe C – Consignes à suivre pour les personnes attendant un test de dépistage ou les résultats d’un test de dépistage). Le Village Nordique (VN) sera informé dès qu’un cas positif est confirmé.

Santé des travailleurs et des visiteurs

Questionnaire d’état de santé

L’employeur doit vérifier l’état de santé de tous les travailleurs et visiteurs en posant les questions suivantes :

- Avez-vous des symptômes parmi les suivants : toux, fièvre, difficultés respiratoires et perte soudaine de l’odorat ou du goût?
- Avez-vous récemment séjourné à l’étranger pour une période de moins de deux semaines?
- Avez-vous été en contact avec quelqu’un ayant obtenu un résultat positif à la COVID-19 ou avec quelqu’un qui a été en contact avec un cas confirmé de COVID-19?

Veuillez noter que la prise de température des travailleurs n’est pas recommandée étant donné que les résultats ne sont pas fiables, surtout pour les gens assignés à des activités extérieures.

Un travailleur ou un visiteur qui répond « Oui » à n’importe laquelle des questions ci-dessus doit rester à l’intérieur (au camp ou à l’hôtel) et enclencher le protocole d’isolement (Annexe C)

Retour sur le chantier

Les travailleurs isolés à cause de la COVID-19 doivent répondre à tous les critères suivants d'avant de recevoir l'autorisation de retourner au travail :

- Il doit s'être écoulé au moins 14 jours après l'apparition des symptômes avant le retour au travail (par exemple, si les symptômes apparaissent le 1^{er} juin, le travailleur doit s'isoler pendant 14 jours et ne pas revenir au travail avant le 15 juin);
- Absence de symptômes aigus depuis 24 heures (à part une toux résiduelle, qui peut persister);
- Absence de fièvre pour 48 heures sans antipyrétiques (médicaments pour baisser la fièvre).

Il est important de noter qu'aucun certificat médical n'est requis pour revenir au travail.




IMPORTANT : Les travailleurs doivent remplir le questionnaire de retour au travail (Annexe D – Questionnaire de retour au travail). Une fausse déclaration ou une falsification de dossier pourrait entraîner des mesures administratives ou disciplinaires allant jusqu'à l'exclusion du chantier pour une période indéfinie.

Mesures d'assainissement et d'hygiène

Distanciation physique

- L'employeur doit appliquer un plan pour respecter une distance de deux mètres entre les travailleurs lorsque possible;
- En fonction du travail à faire, il peut y avoir des moments où le respect de la distanciation sociale est impossible pour des courtes périodes (moins de 15 minutes);
- Les travailleurs doivent éviter de se toucher le visage le plus possible. Si vous toussiez, faites-le dans le creux de votre coude;
- Tous les efforts doivent être faits pour :
 - favoriser la formation de petites équipes stables pour éviter les interactions multiples;
 - demeurer au même poste de travail lorsque possible;
 - éviter le partage d'outils, d'équipement ou d'autres objets personnels;

- 
- nettoyer les outils et l'équipement après chaque quart de travail en utilisant les produits d'entretien réguliers;
 - se référer à la section sur les équipements de protection individuelle (EPI) pour les lignes directrices.
 - **Si la distanciation sociale *sans barrière physique* ne peut pas être respectée pour une période plus longue que 15 minutes, certaines mesures doivent être prises pour protéger les travailleurs :**
 - le port d'un masque procédural (chirurgical) et des lunettes de protection (protection oculaire) ou une visière en plus des gants normalement portés.

Note : Cette mesure est seulement recommandée si le port des lunettes ou d'une visière ne comporte pas de risque pour la sécurité des travailleurs (ex : réflexion de lumière);

- Le temps supplémentaire devrait être planifié de manière à éviter la présence d'un grand nombre de travailleurs au même endroit, ce qui pourrait créer des difficultés à respecter la distanciation sociale;
- Chaque fois qu'une équipe de travailleurs est formée, les mêmes travailleurs doivent rester dans l'équipe et le jumelage des travailleurs doit demeurer stable dans la mesure du possible;
- Des barrières physiques devraient être installées lorsque possible (ex : vitre, plexiglass);
- En présence de contaminants (silice, amiante, plomb, béryllium, aérosol, vapeur organique) ou si la fiche signalétique de sécurité applicable l'exige, les travailleurs doivent porter un équipement de protection individuelle (EPI). Exemple : protection respiratoire en fonction du niveau de risque, gants adaptés à la tâche et lunettes de sécurité;
- Les travailleurs qui se trouvent à proximité l'un de l'autre doivent éviter le contact peau à peau et, si un tel contact se produit, ils doivent nettoyer ou désinfecter la zone touchée le plus rapidement possible;
- La fréquence et la durée des réunions physiques (en personne) doivent être limitées le plus possible. En outre, il ne doit pas y avoir plus de 10 personnes dans un même espace, ce qui permet de respecter plus facilement les directives relatives à la distanciation physique, à savoir deux mètres entre les personnes. Des méthodes différentes, telles que la vidéoconférence, les messages téléphoniques ou les vidéos préenregistrées, etc. doivent être privilégiées dans la mesure du possible;
- Tous les grands rassemblements devraient être interdits;
- Seuls les voyages essentiels et les sorties essentielles devraient être permis.



Étiquette respiratoire

- Respectez les règles d'hygiène lorsque vous toussiez ou que vous éternuez en vous couvrant la bouche et le nez avec votre bras pour réduire la transmission des microbes;
- Jetez les mouchoirs usés directement dans la poubelle et lavez-vous les mains ensuite;
- Évitez tout contact direct lorsque vous saluez les autres. Privilégiez plutôt des pratiques différentes.

Lavage des mains

Tous les travailleurs doivent :

- se laver les mains fréquemment, avec de l'eau tiède et du savon pour au moins 20 secondes :
 - Si de l'eau et du savon ne sont pas disponibles, un désinfectant à base d'alcool (60% ou plus) devrait être appliqué sur les mains pour au moins 20 secondes. Les mains sales devraient d'abord être nettoyées, puis lavées avec un désinfectant à base d'alcool.
- éviter de se toucher les yeux, le nez ou la bouche avec leurs mains (qui pourraient être contaminées).


Tout le personnel du chantier doit se laver les mains, plus spécifiquement :

- à l'arrivée et au départ du chantier;
- avant et après les repas;
- avant et après les pauses;
- avant et après avoir fumé;
- après l'utilisation des toilettes.

Véhicules

Véhicules pour le transport des travailleurs

- Tous les efforts doivent être pris pour s'assurer que les mêmes travailleurs voyagent dans les mêmes véhicules et s'assoient toujours dans le même siège :

- 
- Le temps de transport entre le campement et le chantier est moins de 15 minutes;
 - Si la distance de deux mètres ne peut être respectée, les travailleurs devront porter une protection individuelle. Il est spécifiquement recommandé que les travailleurs portent un masque procédural (chirurgical) et des lunettes de protection (protection oculaire) ou une visière en plus des gants normalement portés.
- Séparez les travailleurs dans les véhicules disponibles pour faciliter les mesures de distanciation sociale;
 - Appliquez rigoureusement les règles interdisant la nourriture à bord des véhicules de transport;
 - Nettoyez et désinfectez les véhicules de transport après chaque voyage. Nettoyez toutes les surfaces susceptibles d'avoir été touchées (tableau de bord, volant, leviers, levier de vitesse, poignées de porte intérieures et extérieures, rétroviseur) avec des lingettes imbibées ou avec les produits de nettoyage habituellement utilisés. Ceci est particulièrement important dans le cadre d'une rotation des opérateurs et des autres membres du personnel. Des lingettes désinfectantes doivent être conservées à bord de chaque véhicule.

Véhicules utilitaires et machinerie lourde

- S'assurer que les mêmes équipes utilisent les mêmes véhicules ou la même machinerie, ce qui permettra de limiter les interactions;
- Lorsque possible, assigner toujours le même poste au même employé (conducteur [opérateur] ou copilote [assistant]) pour toute la durée du quart de travail;
- Encourager les employés à éviter le partage de matériel et d'équipement (tablettes, crayons, outils de communication comme les micros, mégaphones, etc.);
- Promouvoir l'utilisation de lingettes désinfectantes pour nettoyer différents accessoires.

Hébergement

Respectez la règle de distanciation physique de 2 mètres dans toutes les situations et à tout moment, et veillez à ce que les couchettes soient attribuées sur la base d'un travailleur par chambre (pas de chambre partagée).



Entretien des chambres et des dortoirs

- Encourager les travailleurs à garder leur espace personnel propre autant que possible;
- Lorsque le nettoyage incombe au personnel d'entretien, veillez à ce que les employés portent un EPI approprié (notamment des gants, un masque de procédure, des lunettes de protection ou une visière) et à ce que ses tâches soient effectuées lorsque les pièces sont vides. Si un travailleur se trouve dans sa chambre, le personnel d'entretien doit s'assurer de rester à une distance de deux mètres;
- Les chambres devraient être nettoyées avec les produits utilisés habituellement, tout en portant une attention particulière aux endroits où il y a beaucoup de circulation;
- Un nettoyage et une désinfection (Référence no.4) complète des toilettes (selon les instructions du fabricant par rapport au temps de contact) devraient être effectués après le nettoyage général (si applicable).

Si un travailleur présente des symptômes de COVID-19 (fièvre, toux, difficulté à respirer, perte soudaine de l'odorat ou du goût), la pièce ne doit pas être nettoyée. À la place, le travailleur en question doit recevoir l'équipement (masque de procédure, dans ce cas) nécessaire pour le faire lui-même. **Une fois que le travailleur a nettoyé la chambre et en est sorti :**

- Fermez tous les points d'accès et attendez aussi longtemps que possible (un minimum de trois heures et jusqu'à 24 heures si possible) avant de nettoyer et de désinfecter l'endroit. Facilitez la circulation d'air en ouvrant toutes les fenêtres extérieures;
- Les produits ménagers et les désinfectants employés habituellement peuvent être utilisés pour nettoyer les chambres dans de tels cas. Les instructions du fabricant doivent être respectées à la lettre.
- Pour les surfaces poreuses, telles que les tapis et les rideaux, tous les contaminants visibles doivent être enlevés et les surfaces doivent ensuite être nettoyées avec les produits appropriés. Tous les articles lavables doivent ensuite être lavés selon les instructions du fabricant et à l'eau la plus chaude permise pour ces articles. Ceux-ci doivent ensuite être soigneusement séchés.
- Les mouchoirs et les articles jetables utilisés par le travailleur infecté doivent être jetés dans un sac fermé, puis placés dans le conteneur utilisé pour la collecte régulière des déchets.



Nettoyage et désinfection

Recommandations générales

- Laver régulièrement les aires de repos, les remorques de travail et les zones communes avec un produit nettoyant approprié (généralement un désinfectant) (Référence no. 4), en veillant à suivre les instructions du fabricant concernant les temps de contact.
- Nettoyer les surfaces fréquemment touchées (interrupteurs, portes, articles de salle de bains tels que les robinets, les rampes, etc.)
- Nettoyer régulièrement les installations sanitaires et les vestiaires (poignées de porte, comptoirs, robinets, boîtes) et les désinfecter au moins une fois par équipe.
- Nettoyer les salles à manger (réfrigérateurs, micro-ondes, tables, comptoirs, robinets) et les désinfecter après chaque repas.
- Enlever les objets faciles à partager mais difficilement nettoyables (journaux, magazines, etc.).
- Assurer une ventilation adéquate afin de réduire la propagation des agents infectieux.

Outils et équipement

- Assurez-vous que les travailleurs ne partagent pas leurs outils. Si le partage est inévitable, les outils devront être désinfectés entre chaque utilisateur, les travailleurs devront se laver soigneusement les mains, etc.;
- À la fin de chaque quart de travail, les outils de travail partagés et l'équipement doivent être nettoyés et désinfectés. Ensuite, les travailleurs doivent se laver les mains;
- Le port des gants ne protégera pas les travailleurs contre la COVID-19.

Selon les autorités de santé publique, le virus ne peut pas être transmis par la peau. L'application de mesures d'hygiène universelles est donc recommandée, notamment ne pas se toucher le visage (avec les mains ou des gants) et se laver régulièrement les mains.

Espace de travail et appareils électroniques

- Nettoyer régulièrement le bureau et les tables de travail dans la remorque ou sur le chantier avec un produit de nettoyage approprié (désinfectant);
- Nettoyer régulièrement tous les coffres à outils et les accessoires sur le chantier;
- Nettoyer les appareils électroniques avec un produit approprié (désinfectant) en suivant les instructions du fabricant et en évitant le partage autant que possible.



Véhicules, dispositifs de hissage et équipement de protection

- Nettoyer toutes les surfaces susceptibles d'avoir été touchées (tableau de bord, volant, leviers, boîtier de vitesses, poignées de porte intérieures et extérieures, rétroviseur) avec des lingettes mouillées ou les produits nettoyants habituellement utilisés. Cette consigne est particulièrement importante à cause de la rotation des opérateurs ainsi que des autres membres du personnel.
- Des lingettes désinfectantes doivent être conservées à bord de chaque véhicule.

Mesures de protection pour le personnel d'entretien/de nettoyage

- Le personnel d'entretien doit suivre les mêmes mesures de protection pour chaque chambre ou dortoir, que l'occupant ait pu ou non être infecté par COVID-19.
- Veiller à ce que les travailleurs ne partagent pas leurs outils. Si le partage est nécessaire, les outils devront être désinfectés entre chaque utilisateur, les travailleurs devront se laver soigneusement les mains, etc.
- À la fin de chaque quart de travail, les outils et équipements de travail partagés devront être nettoyés et désinfectés, après quoi les travailleurs devront se laver les mains.
- Il faut se laver les mains et les avant-bras avec du savon et de l'eau une fois les gants retirés.
- Les travailleurs doivent éviter de se toucher le visage avec leurs mains gantées.
- Une fois le nettoyage terminé, les gants doivent, s'ils sont réutilisables, être soigneusement lavés à l'eau et au détergent normal, puis séchés. Les gants à usage unique doivent être jetés et remplacés par une nouvelle paire si nécessaire.
- Les mains doivent être lavées avant de mettre les gants et après les avoir enlevés.

Mesures de protection pour les employés qui manipulent de la nourriture

- Bien que la COVID-19 ne semble pas être transmise par l'ingestion ou la manipulation d'aliments, le lavage fréquent des mains et le respect de bonnes pratiques d'hygiène et de sécurité alimentaire sont essentiels.
- Les employés qui manipulent régulièrement des aliments doivent éviter les contacts avec toute personne présentant des symptômes de maladies respiratoires telles que la toux et les éternuements.
- La vaisselle et les ustensiles utilisés par les travailleurs doivent être lavés à l'eau et au détergent à vaisselle. Ils peuvent également être nettoyés dans le lave-vaisselle.

Mesures de protection pour le personnel attiré au lavage

Si un travailleur présente des symptômes liés à la COVID-19 :

- S'assurer que les vêtements du travailleur sont secs, puis placer tous les articles sales en tissu (draps, serviettes, vêtements) pouvant contenir des liquides corporels (sécrétions buccales ou respiratoires, selles) dans deux sacs étanches (un sac dans l'autre, c'est-à-dire un sac « doublé »). Cette consigne est importante spécifiquement à cause la longue durée de vie du virus dans des conditions humides.
- Éviter de secouer les vêtements ou le récipient lorsque le linge est mis dans la machine à laver.
- Porter des vêtements longs, des gants et un masque de procédure. S'assurer que les vêtements potentiellement contaminés n'entrent pas en contact avec d'autres vêtements ou avec la peau.
- Les draps des lits des différents travailleurs peuvent être lavés ensemble, à l'eau chaude et avec le détergent habituel.
- Jeter les sacs en plastique à la poubelle.
- Retirer les gants portés et appliquer les mesures d'hygiène des mains.
- Mettre une nouvelle paire de gants et désinfecter toutes les surfaces extérieures de la machine à laver qui ont pu entrer en contact avec les vêtements contaminés.
- Retirer les gants portés et appliquer les mesures d'hygiène des mains.

Installations sanitaires

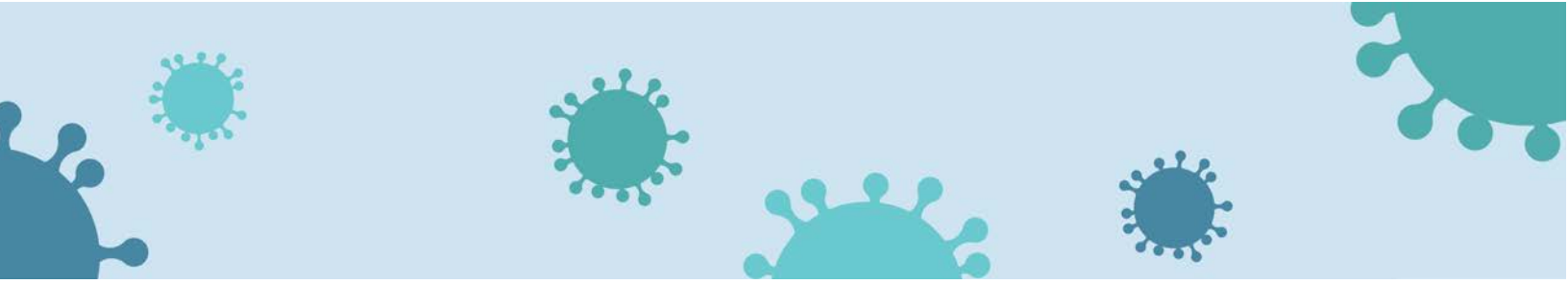
Lavabo pour le lavage des mains

L'employeur doit veiller à ce que des installations de lavage des mains soient disponibles sur le chantier pour permettre aux travailleurs de se laver les mains. En outre, le rappel de l'importance du lavage des mains à l'eau et au savon pendant au moins 20 secondes doit être une priorité. L'utilisation d'unités de nettoyage mobiles (faites maison ou louées) est suggérée (voir photo ci-jointe).



Les travailleurs doivent avoir accès aux produits suivants :

- Savon ou nettoyant pour les mains;
- Un séchoir, des essuie-mains jetables ou des serviettes en papier;
- Des paniers pour jeter les papiers utilisés pour se sécher les mains (ceux-ci doivent être sans contact si possible, surtout si des serviettes en papier sont utilisées).



Au besoin, un panneau doit être placé dans un endroit visible par les travailleurs pour indiquer que l'eau n'est pas potable (conformément à la section 3.2.8.1 du Code de sécurité pour les travaux de construction).

Toilettes


Les travailleurs devront généralement se rendre au camp pour utiliser les toilettes. Exigences :

- Les toilettes doivent être nettoyées deux fois par quart de travail, une fois en milieu de quart (avant les repas) et une autre fois en fin de quart;
- Toutes les surfaces susceptibles d'être touchées par les travailleurs doivent être nettoyées;
- Les poignées, le siège des toilettes et le lavabo doivent être nettoyés régulièrement;
- Une affiche du type « Lavez-vous les mains - 20 secondes » doit être accrochée pour rappeler aux travailleurs l'importance du lavage des mains.

Repas

Tout employeur qui a un minimum de 10 employés travaillant pendant une période de plus de 7 jours doit mettre à leur disposition une pièce pour leurs repas, conformément au Code de sécurité pour les travaux de construction (section 3.2.9). L'employeur doit s'assurer que :

- la distanciation physique soit respectée (minimum de deux mètres) entre les travailleurs sur l'heure du repas;
- tout le monde se lave les mains avant et après chaque repas;
- la nourriture ne soit pas partagée;
- les travailleurs ne s'échangent pas de tasses, de verres, d'assiettes ou d'ustensiles;
- les travailleurs forment une file pour le service du repas en respectant la distanciation sociale de deux mètres;
- les repas soient servis par des travailleurs placés derrière une barrière de plexiglass ou de polythène;
- la vaisselle soit lavée dans l'eau chaude avec du savon;
- les travailleurs prennent leurs repas dans des pièces assez grandes pour qu'il y ait une distance de plus de deux mètres entre chacun d'eux. Il faut prévoir des endroits supplémentaires pour les repas au besoin.

- 
- le nombre d'employés soit limité dans la salle à manger en tout temps. S'il n'y a pas assez d'espace, il faut modifier l'horaire des heures de dîner/souper pour permettre le respect de la distanciation sociale requise;
 - les travailleurs qui travaillent dans le même groupe mangent ensemble au même moment et dans la même pièce tous les jours;
 - si les travailleurs mangent à l'extérieur, la distance minimale de deux mètres entre eux soit respectée.

Un espace suffisant doit être laissé entre les vêtements de travail sur les crochets au camp. De plus, aucun outil, équipement ou matériel ne peut être entreposé dans la salle à manger.

- Les espaces communs, les équipements, les accessoires, les tables, les fours à micro-ondes, les fontaines à eau (abreuvoirs) et les machines à café doivent être nettoyés avec du désinfectant.
- Les tables de la salle à manger doivent être nettoyées avant chaque repas. De plus, elles doivent avoir une surface facilement lavable (plastique ou autre matériau lisse).
- Les travailleurs doivent demeurer séparés par une distance d'au moins 2 mètres.
- L'accès aux espaces et salles de réunion doit être limité, et la capacité de chaque endroit devrait être indiquée à l'entrée.
- Les bottes doivent être laissées à l'entrée d'une salle et les manteaux, dans la salle elle-même.

Pauses et temps libres

- S'assurer que les mesures de distanciation physique soient appliquées durant les pauses et les temps libres au camp et ailleurs (éviter les rassemblements). Si nécessaire, modifier l'horaire des pauses pour que celles-ci soient échelonnées;
- Interdire le partage d'objets ou de nourriture (cigarette, café, etc.);
- S'assurer que tout le monde se lave les mains avant et après une pause.

Hygiène personnelle

Douche

- Restreindre l'utilisation de la douche à un nombre limité de travailleurs en tout temps :
 - Établir un horaire pour les douches;
 - Interdire le partage d'objets (shampooing).



Lavage

- Limiter le nombre de travailleurs qui peuvent utiliser la laveuse et la sécheuse en même temps :
 - Établir un horaire pour l'utilisation des laveuses et des sécheuses;
 - Interdire le partage d'objets (détergent);
 - Nettoyer les vêtements de travail et les gants quotidiennement ou aussi souvent que possible en fonction des procédures habituelles et en s'assurant qu'ils soient séchés adéquatement. Identifier les vêtements de travail et les gants par leur « propriétaire ». Interdire le partage d'accessoires à moins qu'ils aient été lavés. Penser à acquérir davantage d'équipement de rechange pour augmenter la fréquence des lavages.

Manutention (expédition et réception) de marchandises et d'autres articles sur le chantier

- Pour les activités telles que les courses d'épicerie, l'utilisation de machinerie lourde et des ascenseurs de chantier, les mêmes travailleurs doivent toujours être affectés aux mêmes véhicules et aux mêmes endroits, dans la mesure du possible.
- Tous les véhicules doivent être nettoyés après chaque utilisation.
- Apportez le moins de changements possible aux équipes qui sont en contact avec des personnes extérieures à l'entreprise.
- Placez les marchandises sur une surface propre, en veillant à respecter la distance de 2 mètres entre les personnes.
- Idéalement, les tâches devraient être organisées pour que les marchandises puissent être déposées à l'entrée (cela éviterait les allers et retours inutiles des travailleurs).
- Les résidents locaux doivent être engagés pour les tâches qui nécessitent une interaction avec la communauté, par exemple, la collecte et la livraison de l'épicerie et des marchandises au camp. Les personnes affectées à ces tâches ne doivent jamais être en contact direct avec les travailleurs de la construction qui sont en quarantaine et ne peuvent pas entrer dans les installations.



Équipement de protection individuelle

Nous ne recommandons pas aux travailleurs de porter un équipement de protection individuelle (EPI) spécifique (gants, masque, combinaison) pour se protéger contre la COVID-19. Nous estimons plutôt que les mesures les plus efficaces sont la pratique de la distanciation physique, le fait de ne pas toucher son visage et le lavage fréquent des mains.


- Les gants sont obligatoires pour les tâches qui les requièrent (les tâches où il y a un risque que les travailleurs se coupent, les tâches impliquant des équipements ou des produits ayant des bords tranchants, des surfaces abrasives/rugueuses ou des substances corrosives, toxiques ou autres substances dangereuses).
- Les casques et les lunettes de sécurité doivent être nettoyés fréquemment. Avant d'enlever un EPI, il faut se laver les mains à l'eau et au savon pendant au moins 20 secondes. Ensuite, désinfectez l'EPI et lavez-vous les mains une nouvelle fois.
- Lorsque qu'une protection respiratoire est utilisée, il faut demander au fournisseur de l'équipement des renseignements sur la meilleure méthode de désinfection de cet équipement et éviter de le prêter à quiconque.
- Remplacer les gants endommagés par des gants neufs. Laver les gants usagés en même temps que vos vêtements de travail pour éviter qu'ils ne servent de source de transmission.
- Procédure pour enlever correctement les EPI : Commencez par enlever vos gants, puis lavez-vous les mains avec de l'eau et du savon ou une solution à base d'alcool (Référence no.5). Retirez la protection oculaire, puis lavez-vous à nouveau les mains. Ensuite, enlevez votre masque (tenez-le par les élastiques sans toucher le devant), puis lavez-vous les mains une dernière fois.

Orientation des travailleurs et autres réunions

Réunions

Il est recommandé d'opter pour des réunions par téléphone ou par internet plutôt que des réunions en personne. Les réunions, les réceptions, les pauses de sécurité et les rassemblements de comité ne devraient pas durer plus de 15 minutes et répondre aux exigences suivantes :

- Rendre la distanciation physique de deux mètres obligatoire;
- N'accepter aucun participant avec des symptômes de la COVID-19;
- Ne permettre aucun partage d'équipement (plans, crayons, téléphones, etc.);
- Tenir une réflexion préalable sur la possibilité de faire les réunions par téléconférence, Skype, Teams, FaceTime ou par d'autres moyens virtuels;

- 
- Placer les tables et les chaises pour que personne ne soit assis directement en face de quelqu'un d'autre;
 - Reporter toutes les réunions non essentielles;
 - Limiter le nombre de travailleurs qui se retrouvent dans les fumoirs désignés;
 - Inviter les participants à tenir les réunions à l'extérieur.


Orientation

De nombreux sujets sont abordés durant la rencontre d'orientation des travailleurs, incluant les éléments suivants :

- Le lavage des mains;
- La distanciation sociale et physique;
- L'utilisation adéquate de l'EPI;
- Le nettoyage de l'équipement de protection individuelle;
- La façon adéquate de retirer un EPI (Référence no.6)
- Mesures d'urgence.

Communauté

- Les travailleurs n'auront pas accès aux installations locales (magasins, entrepôts de marchandises de l'aéroport, etc.). Les articles nécessaires seront plutôt commandés et récupérés par un résident local désigné qui les livrera au camp, le tout sans être en contact avec le personnel ni entrer dans les installations.
- Les travailleurs ne pourront, sous aucun prétexte, être en contact avec les membres de la communauté et n'auront donc pas accès aux lieux publics (magasins, plage, gymnases, etc.).
- Les activités de plein air telles que la marche, la course ou la pratique de divers sports favorisent une santé mentale et physique optimale. Les travailleurs qui sont mis en quarantaine et qui souhaitent aller à l'extérieur devront le faire seuls et s'assurer de rester à une distance de 2 mètres de toute personne qu'ils rencontrent. Ils doivent faire tout leur possible pour rester à l'écart de la communauté elle-même. Une fois leur quarantaine terminée, les travailleurs peuvent marcher avec leurs collègues dont la période de quarantaine est également terminée.
- Nous demandons aux travailleurs de consulter leur superviseur pour obtenir des détails sur les politiques locales applicables. Les superviseurs, à leur tour, peuvent demander aux



autorités locales (le NV) des détails sur les endroits où les travailleurs peuvent se rendre s'ils ont besoin d'un peu d'air frais. Les communautés sans cas de COVID sont très prudentes en ce moment, et nous vous implorons de respecter les limites demandées par les chefs de communauté avant de vous aventurer à l'extérieur.

Soins et symptômes

Symptômes et isolement des travailleurs

- Avertir les travailleurs de ne pas se présenter au travail s'ils ont des symptômes liés à la COVID-19, c'est-à-dire :
 - Un des symptômes suivants : fièvre (plus de 38°C ou 100.4°F), toux, difficultés respiratoires et une perte de goût ou d'odorat
- OU
- Deux des symptômes suivants : diarrhée, gorge irritée, fatigue inhabituelle, mal de tête ou douleurs corporelles (non liées à du travail physique)

Précautions d'isolement pour les travailleurs

Un travailleur qui développe l'un des symptômes cliniques lié à la COVID-19 par les autorités de santé publique doit immédiatement recevoir un masque et s'isoler dans sa chambre ou dans un endroit désigné.

- La ligne Info Santé COVID-19 (1 888 662-7482) doit être contactée pour recevoir des recommandations. En dehors des heures d'ouverture de la ligne Info Santé, le CLSC local doit être contacté.

Si un test est jugé nécessaire, le travailleur devra rester isolé jusqu'à ce que les résultats soient disponibles.

Les interactions avec le travailleur devraient être réduites au minimum et les procédures suivantes devraient être mises en place :

Toutes les communications devraient se faire par téléphone ou par radio (walkie-talkie).

Tout travailleur qui interagit avec le travailleur potentiellement infecté devrait porter un masque, des lunettes ou une visière ainsi que des gants.

Tout EPI porté lors d'une interaction devrait être jeté ou nettoyé immédiatement après usage.



Toute nourriture doit être laissée à la porte de l'endroit où le travailleur a été isolé :

- Le cabaret de nourriture devrait être placé sur le plancher (ou sur un tabouret) en avant de la porte afin que le travailleur isolé puisse le ramasser. Il devra le remettre au même endroit une fois le repas terminé;
- Le travailleur assigné au ramassage doit porter des gants;
- Le travailleur isolé doit être consulté régulièrement sur son état, mais sans contact direct.

Les travailleurs doivent immédiatement rapporter l'apparition de tout symptôme à leur superviseur.

La vaisselle et les ustensiles jetables doivent être utilisés lorsqu'ils sont disponibles. Ils doivent être jetés dans un sac fermé après leur utilisation. Si des plats et des ustensiles ordinaires sont utilisés, ils doivent être nettoyés immédiatement. Les travailleurs doivent s'assurer de ne PAS les laver à la main.

Mettre en place des procédures sur le lieu de travail en fonction du degré de gravité de la situation :

- Gravité **BASSE** (le travailleur commence à ressentir des symptômes) : Les mesures de prévention et de contrôle des infections pour les cas présumés de COVID-19 vont comme suit :
 - Le travailleur symptomatique doit demeurer isolé à la maison (travailleur local) ou dans sa chambre (travailleur externe) dans le Nord en attendant les résultats de son évaluation du centre d'appel régional ou du centre de dépistage;
 - Le travailleur doit recevoir une copie du document « **Consignes à suivre pour la personne qui est en attente d'un test ou du résultat d'un test pour la COVID-19** » (Référence no. 7) (se référer à l'Annexe C - Consignes à suivre pour la personne qui est en attente d'un test ou du résultat d'un test pour la COVID-19);
 - Le travailleur doit éviter les contacts avec les autres;
 - Le travailleur doit respecter l'hygiène des mains et l'étiquette respiratoire (porter un masque et se désinfecter les mains avec une solution à base d'alcool);
 - Si le travailleur n'a pas été en contact avec un cas confirmé de COVID-19, il faut recommander un isolement de 24 heures une fois les symptômes disparus.
 - Si le travailleur a été en contact avec un cas confirmé de COVID-19, il doit suivre les instructions du document « **Consignes à suivre pour la personne qui présente des symptômes de la COVID-19⁸** » et informer sa famille et les autres personnes

avec qui il a été en contact afin que ces personnes puissent surveiller l'apparition de symptômes dans les prochains 14 jours.

- Le travailleur sera placé en quarantaine dans le Nord, soit dans sa maison (travailleur local) ou sa chambre ou dans un autre endroit (travailleur externe) pour 14 jours, pendant lesquels ses symptômes seront surveillés;
 - Le travailleur devra prendre sa température et la noter deux fois par jour, puis fournir ces données au contremaître;
 - Si le travailleur vient de l'extérieur, les repas seront livrés à sa chambre et la vaisselle, ramassée de celle-ci une fois les repas terminés.
- Une fois la quarantaine d'un travailleur terminée, il doit tout de même continuer à appliquer les règles de distanciation sociale et physique applicables dans la communauté où il travaille. Ces règles concernent généralement la fréquentation des lieux publics (coop, etc.), les couvre-feux et les rassemblements. Le contremaître sera généralement en contact avec le NV pour rester informé des règles qui doivent être appliquées.
- Gravité **MODÉRÉE ou ÉLEVÉE** (Le travailleur est assez malade pour nécessiter de l'attention médicale) : Le travailleur se vêtira d'un EPI avant d'être amené à l'hôpital ou au CLSC. La personne qui transporte le travailleur devrait également porter un EPI. L'hôpital ou le CLSC devrait être informé avant l'arrivée du travailleur. En fonction du diagnostic et des instructions du médecin :
 - Le travailleur sera renvoyé au camp, où il sera placé en quarantaine pour un minimum de 14 jours (voir instructions ci-dessus); OU
 - Le travailleur sera hospitalisé et sa condition prise en charge par l'hôpital et le médecin.



IMPORTANT : Les contremaîtres doivent, lors de chaque réunion de sécurité, informer et rappeler aux travailleurs que toute personne qui présente des symptômes associés à la COVID-19 pendant son séjour dans le Nord sera obligatoirement mise en isolement sur le site, soit à son domicile (travailleurs locaux), soit dans sa chambre ou dans un autre endroit (travailleurs externes).

Stress, anxiété et dépression

La pandémie actuelle de COVID-19 est une réalité particulière et inhabituelle. La peur, le stress, l'anxiété et la dépression sont des réactions normales. Il est recommandé que les travailleurs demeurent informés, prennent soin d'eux-mêmes et demandent de l'aide si nécessaire.



Voici des numéros de téléphone utiles pour obtenir de l'aide ou du soutien :

- Programme Construire en Santé : 1 800 807-2433
- Association Québécoise de Prévention du Suicide : 1 866 277-3553

NOTE : Les lois, règlements et normes actuellement en vigueur le restent malgré la pandémie de COVID-19.

Le CNESST pourrait prendre des mesures dissuasives ou punitives en cas de non-respect des mesures préventives mises en place sur les chantiers.

Confirmation de prise de connaissance du contenu du document

Je, _____, certifie par la présente que j'ai lu et compris la documentation du présent PROTOCOLE – **((Nom de l'entrepreneur))** RETOUR AU TRAVAIL SUR LES CHANTIERS DE CONSTRUCTION. Je comprends également qu'en tant que travailleur sur un chantier de construction, je suis tenu de respecter toutes les règles et réglementations énoncées dans le présent document. Je comprends que le non-respect des mesures stipulées ci-dessus peut nuire à la santé et à la sécurité de mes collègues, des résidents locaux ainsi qu'à ma propre santé et à ma propre sécurité. Le non-respect de l'une des règles et réglementations énoncées, en outre, sera un motif de congédiement immédiat sans préavis.

Employé /Sous-traitant/ Visiteur

Représentant de l'employeur

Signature

Signature

Date :

Date :



Références

- 1 <https://www.inspq.qc.ca/publications/2950-travailleurs-chantiers-construction-covid19>
- 2 <https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/covid/2928-fifo-dido-covid19.pdf>
- 3 <https://tc.canada.ca/fr/initiatives/mesures-mises-jour-lignes-directrices-liees-covid-19-emises-transports-canada/affiches-orientation-voyageurs-aeriens>
- 4 <https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/medicaments-produits-sante/desinfectants/covid-19/liste.html>
- 5 <https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/covid/2950-travailleur-secteur-construction-covid19.pdf>
- 6 <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2020/20-210-41W.pdf>
- 7 <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/document-002488/>
- 8 <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/document-002488/>



ANNEXE A – Questionnaire d’accueil journalier

Mesures préventives chantiers – COVID-19

Questionnaire d'accueil journalier

Nom de l'entreprise :

Nom du travailleur :

Signature du travailleur :

Téléphone :

Nom d'une personne-ressource en cas d'urgence :

Téléphone :

SVP répondre à ce questionnaire quotidiennement afin d'évaluer que votre présence est sécuritaire

1. Avez-vous actuellement les symptômes suivants?

Fièvre (plus de 38 °C) Oui Non

Perte de l'odorat Oui Non

Toux Oui Non

Fatigue extrême Oui Non

Difficultés respiratoires Oui Non

2. Avez-vous été en contact avec une personne atteinte par la COVID-19?

Oui Non

3. Avez-vous voyagé à l'extérieur du Canada en 2020

Oui Quelle était la date de votre retour? _____

Non

Je m'engage à prendre les mesures nécessaires pour protéger ma santé, ma sécurité et celles de mes collègues de travail. De plus, je m'engage à respecter les lignes directrices émises dans la CNESST-COVID-19 – Chantiers de construction.

NOM EN LETTRES MOULÉES

Signature :

Date :

Note à l'employeur :

Pour sa propre santé et la sécurité de ses collègues de travail, si le travailleur a répondu oui à l'une des questions, le travailleur doit retourner à la maison et composer le 1 877 644-4545 pour obtenir la marche à suivre.

Les réponses à ces questions sont des renseignements de nature confidentielle et l'employeur doit prendre les mesures nécessaires pour s'assurer de la protection de la confidentialité de ces renseignements.



ANNEXE B – Affiche du personnel autorisé



**EN RAISON DES MESURES
DE SANTÉ ET SÉCURITÉ,
PERSONNEL AUTORISÉ SEULEMENT**



ANNEXE C – CONSIGNES À SUIVRE POUR LA PERSONNE QUI EST EN ATTENTE D'UN TEST OU DU RÉSULTAT D'UN TEST POUR LA COVID-19

https://cdn-contenu.quebec.ca/cdn-contenu/sante/documents/Problemes_de_sante/covid-19/20-210-20W_consignes-malade-attente-test.pdf?1588362947

Coronavirus (COVID-19)

9 juin 2020

Recommandations de santé publique Consignes à suivre pour la personne qui est en attente d'un test ou du résultat d'un test pour la COVID-19

Nous vous demandons de suivre les consignes suivantes pour éviter de transmettre la COVID-19 aux autres personnes.

D'autres fiches sont disponibles. Assurez-vous de consulter la fiche appropriée à votre situation :

- [Consignes à suivre pour la personne qui a reçu un diagnostic de COVID-19](#)
- [Consignes à suivre pour la personne identifiée comme contact étroit d'un cas confirmé de COVID-19](#)
- [Consignes à suivre pour la personne qui présente des symptômes de la COVID-19](#)
- [Consignes à suivre pour la personne de retour d'un pays étranger](#)

Restez à la maison

- N'allez pas à l'école, au travail, au CPE, à la garderie ni dans aucun endroit public (ex. : magasin).
- Ne sortez pas prendre une marche.
- N'envoyez pas votre enfant au service de garde ou à l'école et avisez le milieu de la situation si ce n'est déjà fait.
- N'empruntez pas les transports publics.
- Si vous n'avez pas d'aide pour votre épicerie ou vos médicaments, vous pouvez utiliser les services de livraison à domicile de l'épicerie ou de la pharmacie et évitez le contact à moins de 2 mètres avec le livreur.
- N'accueillez pas de visiteurs à la maison.
- Si vous habitez avec d'autres personnes qui n'ont pas la COVID-19 :
 - Demeurez seul dans une pièce de la maison le plus souvent possible;
 - Évitez d'être en contact avec les autres personnes de la maison. Si c'est impossible, gardez une distance d'au moins 2 mètres entre vous et les autres. Couvrez votre nez et votre bouche (voir encadré plus bas) si vous devez vous approcher à moins de 2 mètres.





- Si possible, mangez et dormez seul dans une pièce de la maison;
 - Si possible, utilisez une salle de bain qui vous est réservée; sinon désinfectez-la après chaque utilisation;
 - Les personnes avec qui vous habitez doivent surveiller leurs symptômes et prendre leur température chaque jour et la noter.
 - Aérez souvent la maison et votre chambre en ouvrant une fenêtre (si la météo le permet).
- Vous pouvez sortir à l'extérieur sur votre balcon ou dans votre cour privée, en vous assurant d'être à 2 mètres de toute autre personne.

Couvrez votre nez et votre bouche

Si possible, utilisez un masque ou un couvre-visage, pour vous couvrir le nez et la bouche :

- quand une personne est dans la même pièce de la maison que vous, à moins de 2 mètres;
- si vous devez quitter la maison pour des raisons médicales.



Pour savoir comment fabriquer et utiliser un couvre visage, consultez la page [Port du masque ou couvre-visage dans les lieux publics en contexte de la pandémie de COVID-19](#).

Couvrez votre toux et vos éternuements

- Utilisez un mouchoir en papier pour tousser, vous moucher ou éternuer.
- Jetez le mouchoir dans une poubelle dès que possible et lavez-vous les mains.
- Si vous n'avez pas de mouchoir, tousssez ou éternuez dans le creux de votre coude.



Lavez vos mains souvent

- Lavez-vous les mains souvent à l'eau tiède et au savon pendant au moins 20 secondes.
- Utilisez un désinfectant à base d'alcool si vous n'avez pas accès à de l'eau et à du savon; frottez vos mains jusqu'à ce qu'elles soient sèches.
- Lavez aussi vos mains avant de manger, après être allé à la toilette et chaque fois qu'elles sont visiblement sales.
- Fermez le couvercle de la toilette avant de peser sur la chasse d'eau et lavez vos mains.



Ne partagez pas vos objets personnels

- Ne partagez pas vos assiettes, ustensiles, verres, serviettes, draps et vêtements avec d'autres personnes.



Évitez les contacts avec les animaux

Rien n'indique que les animaux jouent un rôle significatif dans la propagation de la COVID-19. Cependant, quelques cas de transmission entre les humains et les animaux ont été identifiés. De plus, les animaux exposés au virus sont comparables à des surfaces qui peuvent être contaminées.

- Comme pour les personnes autour de vous, respectez les mesures d'hygiène à l'égard des animaux.
- Si possible, demandez à un autre membre de votre foyer de prendre soin de vos animaux. Sinon, lavez-vous les mains avant et après les soins donnés à un animal. Couvrez votre toux et vos éternuements.
- Si possible, gardez vos animaux à l'intérieur. À l'extérieur, utilisez une laisse ou un espace clôturé privé.
- Informez toute personne qui prend soin de vos animaux de limiter les contacts avec ceux-ci, de se laver les mains avant et après ces contacts, puis d'appliquer les mesures habituelles de prévention des [maladies animales transmissibles à l'humain](#), sur www.mapaq.gouv.qc.ca/zoonoses.
- Pour obtenir plus d'information, consultez les questions et réponses concernant les [propriétaires ou gardiens d'un animal sur Québec.ca](#).

Surveillez vos symptômes et prenez votre température chaque jour

- Prenez votre température chaque jour, à la même heure, et notez-la.
- Si vous prenez un médicament contre la fièvre, attendez au moins 4 heures avant de prendre votre température.

Cela pourra vous être utile si vous avez besoin de consulter un professionnel de la santé.

Comment vous soigner si vous avez des symptômes

Dans la grande majorité des cas, vous pouvez vous soigner à la maison. Consultez le [Guide autosoins](#).

- Si vous êtes préoccupé par votre état de santé, appelez d'abord à la ligne 1 877 644-4545. Vous serez orienté vers la ressource appropriée.
- Si vous devez vous présenter dans une clinique médicale ou un hôpital, portez un masque ou un couvre-visage et avisez le personnel dès votre arrivée que vous êtes en attente d'un test ou du résultat d'un test pour la COVID-19.
- Si vous avez des symptômes graves comme une difficulté à respirer, un essoufflement important ou une douleur à la poitrine, signalez le 911 avant de vous rendre à l'urgence et avisez-les que vous êtes en attente d'un test ou du résultat d'un test pour la COVID-19.



Si une personne doit vous aider dans vos activités quotidiennes

(ex.: aide pour manger, aller à la toilette, vous déplacer dans la maison, etc.)

Idéalement, c'est toujours la même personne qui devrait vous aider. Cette personne devrait être âgée de moins de 70 ans, être en bonne santé, ne pas avoir de maladie chronique, comme une maladie cardiaque ou respiratoire, une insuffisance rénale, un diabète, une obésité importante (IMC > 40), un système immunitaire affaibli ou être en traitement pour un cancer.

Lorsqu'une personne est dans la même pièce que vous et à moins de 2 mètres, vous devez porter un masque ou un couvre-visage pour vous couvrir le nez et la bouche.

Avant de vous aider, la personne doit :

1. Se laver les mains;
2. Porter un masque ou un couvre-visage pour couvrir le nez et la bouche;
3. Porter des gants jetables.

Après vous avoir aidé, la personne doit :

4. Enlever ses gants et les jeter dans une poubelle fermée, hors de la portée des enfants;
5. Se laver les mains;
6. Enlever le masque ou le couvre-visage;
 - Placer le couvre-visage dans un sac fermé, hors de la portée des enfants jusqu'à ce qu'il soit lavé normalement;
 - S'il s'agit d'un masque jetable, le mettre dans une poubelle fermée.
7. Se laver les mains encore une fois.

Précautions à prendre par la personne qui fait le lavage et le nettoyage à la maison

Les draps, serviettes et vêtements de la personne malade, de même que les couvre-visages utilisés pour couvrir le nez et la bouche, peuvent être lavés avec ceux des autres personnes de la maison. Toutefois, s'ils sont très souillés, par exemple par des vomissements, les laver séparément.


- Lavez à l'eau chaude.
- Portez des gants jetables (évités le contact direct des vêtements, draps et serviettes de la personne malade avec votre peau et vos vêtements).
- Ne secouez pas le linge sale.

Les ustensiles et la vaisselle utilisés par la personne malade doivent être nettoyés avec votre savon à vaisselle habituel et de l'eau ou au lave-vaisselle.

Les déchets de la personne malade peuvent être jetés avec les vidanges de la maison dans une poubelle avec un sac. Fermez bien le couvercle de la poubelle ou le sac de vidanges.

Lavez-vous les mains fréquemment avec du savon et de l'eau :

- Après tout contact avec la personne malade ou avec des objets ou des surfaces qu'elle a touchés (ex. : table de chevet, vaisselle, etc.).
- Avant et après la préparation de la nourriture, avant de manger, après être allé à la toilette et chaque fois qu'elles sont visiblement sales.
- Si vous n'avez pas accès à de l'eau et à du savon, utilisez un désinfectant à base d'alcool.



Nettoyez et désinfectez au moins une fois par jour :

- Les surfaces et objets fréquemment touchés par la personne malade (ex. : poignées, table de chevet, cadre de lit et autres meubles de sa chambre).
- La salle de bain et la toilette.

Si la surface est propre, appliquez le désinfectant.

Sinon, nettoyez avec de l'eau et du savon pour éliminer les saletés. Rincez à l'eau claire puis essuyez avec une serviette propre avant d'appliquer le désinfectant.

Laissez la solution désinfectante agir quelques minutes (selon les directives du fabricant) avant d'essuyer toute trace de produit à l'aide d'un linge propre.

Pour le nettoyage :

- Portez des gants imperméables lors du nettoyage.
- Lavez vos mains et vos avant-bras avant de mettre vos gants et après les avoir retirés.
- Lavez les gants avec de l'eau et du détergent puis séchez-les ou remplacez-les par une nouvelle paire au besoin.
- Lavez vos mains à nouveau.

Produits pour le nettoyage et la désinfection

Pour nettoyer, utilisez de l'eau et du savon ou des produits de nettoyage à usage domestique. Pour désinfecter, utilisez votre désinfectant habituel ou préparez un mélange contenant 1 partie d'eau de Javel domestique et 9 parties d'eau froide (ex. : 1 tasse d'eau de Javel et 9 tasses d'eau).

Dans la mesure du possible, les endroits réservés à la personne malade devraient être nettoyés et désinfectés par cette dernière.

Vous pouvez contacter le service Info-Social 811 (consultation téléphonique psychosociale 24/7) si vous vivez :

- Du stress, de l'anxiété;
- Des réactions émotives qui perdurent (pleurs fréquents, irritabilité, etc.);
- Un sentiment de panique;
- Des idées qui tourment sans arrêt dans votre tête : cela vous envahit et vous fait peur;
- Des répercussions sociales de la maladie.

Des professionnels en intervention psychosociale vous offriront du soutien et vous partageront de l'information et des conseils selon vos besoins.

COVID-19 et isolement à la maison

Qu'est-ce que la COVID-19?

La COVID-19 est une maladie causée par le nouveau coronavirus.

Quels sont les symptômes?

Les principaux symptômes sont la fièvre, l'apparition ou l'aggravation d'une toux, une difficulté à respirer ou une perte soudaine de l'odorat sans congestion nasale. D'autres symptômes peuvent aussi apparaître : mal de gorge, mal de tête, douleur musculaire, fatigue intense, perte importante de l'appétit, vomissements et diarrhée.

Comment se transmet la COVID-19?

Elle se transmet d'une personne à une autre par le contact avec les gouttelettes qui sont projetées dans l'air quand une personne malade parle, tousse ou éternue. Une personne qui n'a pas de symptômes peut transmettre la COVID-19 sans le savoir. La transmission par des surfaces ou des objets contaminés est possible, mais ne représente pas le mode de transmission principal. Il est aussi possible que le virus soit transmis par les selles.

Pourquoi est-il important de respecter les recommandations d'isolement à la maison?

Pour éviter de transmettre la maladie à d'autres personnes.

Quand peut-on arrêter l'isolement à la maison?

Si vous avez été identifié comme un contact d'un cas de COVID-19 ou que vous êtes de retour d'un voyage à l'étranger, consultez les consignes appropriées (voir les liens au début de ce document).

Attention :

Les recommandations qui suivent doivent être appliquées à moins d'une recommandation différente de la santé publique.

Si vous êtes un travailleur de la santé, communiquez avec votre milieu de travail pour recevoir les consignes pour la levée de l'isolement ou le retour au travail.

Situation		Quand arrêter l'isolement ¹⁻²
Vous n'avez pas eu de symptômes	Résultat négatif	Si vous n'avez pas eu de symptômes et que vous n'avez pas été identifié comme un contact à risque avec un cas confirmé de COVID-19, vous pouvez cesser l'isolement lors de la réception du résultat négatif.
	Résultat positif	En absence de symptômes, vous pouvez arrêter l'isolement, dès que 14 jours se sont écoulés depuis la date de ce prélèvement.
Vous avez ou avez eu des symptômes	Résultat négatif	Si vous n'avez pas été identifié comme un contact à risque avec un cas confirmé de COVID-19, vous pouvez arrêter l'isolement dès que vous n'avez plus de symptômes depuis au moins 24 heures à moins que le clinicien décide de répéter le test pour confirmer l'absence d'infection.
	Résultat positif	Vous pouvez arrêter l'isolement dès que 14 jours se sont écoulés depuis le début de vos symptômes et :



		<ul style="list-style-type: none">- que vous n'avez plus de fièvre depuis au moins 48 heures (sans avoir pris un médicament contre la fièvre);- et que vous n'avez plus de symptômes (excluant la toux et la perte de l'odorat, qui peuvent durer plus longtemps) depuis au moins 24 heures.
--	--	---

En cas de doute, contactez la ligne 1 877 644-4545 ou consultez le **Guide autosoins** sur Quebec.ca/coronavirus.

COVID-19
REGISTRE DU PERSONNEL
Questionnaire sur le retour au travail

Nom de l'entreprise :	
Nom du travailleur :	Signature du travailleur :
Nom de la personne-ressource à contacter, en cas d'urgence :	
	Téléphone :
	Téléphone :

L'Institut national de la santé publique du Québec (INSPQ) évalue le danger associé à la COVID-19 pour la santé publique au Québec. Malgré ceci, nous souhaitons prendre des mesures préventives afin d'assurer la santé et la sécurité de tous les employés et visiteurs, leur entourage ainsi qu'à l'environnement de travail.

Nous vous demandons de répondre à ce questionnaire afin d'évaluer que votre présence est sécuritaire au projet lors de votre retour au travail, et de remettre ce formulaire au responsable en santé et sécurité du travail (SST) ou au surintendant, si aucun responsable SST n'est affecté sur le chantier.

Toute personne qui retourne au chantier après avoir été en isolement de 14 jours doit remplir le présent formulaire.
Toutes informations mensongères pourraient amener à un congédiement ou à une dénonciation aux autorités compétentes.

NOM DU CHANTIER :

- Quelle est la date du début de la maladie aiguë? (j) / (mo) / (a) (ans)
 - 1.1 Est-ce que la période de 14 jours est écoulée depuis le début de la maladie aiguë? Oui Non
- Avez-vous eu une absence de symptômes aigus depuis au moins 24 heures, excluant une toux résiduelle? Oui Non
- Avez-vous eu une absence de fièvre depuis au moins 48 heures sans la prise d'antipyrétiques (ex.: médicament contre la fièvre)? Oui Non

RÉSERVÉ (RECOMMANDATION) : Retour autorisé Retour refusé, motif :

Nom du responsable :	Signature :	Date :
----------------------	-------------	--------

ANNEXE E –

CONSIGNES À SUIVRE POUR LA PERSONNE QUI PRÉSENTE DES SYMPTÔMES DE LA COVID-19

https://cdn-contenu.quebec.ca/cdn-contenu/sante/documents/Problemes_de_sante/covid-19/20-210-3W_consignes-personne-symptomes.pdf?1587074701

Coronavirus (COVID-19)

9 juin 2020

Recommandations de santé publique Consignes à suivre pour la personne qui présente des symptômes de la COVID-19

Si vous présentez des symptômes tels que la fièvre, l'apparition ou l'aggravation d'une toux, une difficulté à respirer ou une perte subite de l'odorat sans congestion nasale avec ou sans perte de goût, il est possible que vous ayez la COVID-19, même si vous n'avez pas subi de test de détection. D'autres symptômes peuvent aussi apparaître, comme un mal de gorge, un mal de tête, de la douleur musculaire, une fatigue intense, une perte importante de l'appétit, vomissements ou diarrhée. Nous vous demandons de suivre les consignes suivantes pour éviter de transmettre la COVID-19 aux autres personnes.

D'autres fiches sont disponibles. Assurez-vous de consulter la fiche appropriée à votre situation :

- [Consignes à suivre pour la personne qui a reçu un diagnostic de COVID-19](#)
- [Consignes à suivre pour la personne identifiée comme contact étroit d'un cas confirmé de COVID-19](#)
- [Consignes à suivre pour la personne en attente d'un test ou d'un résultat de test pour la COVID-19](#)
- [Consignes à suivre pour la personne de retour d'un pays étranger](#)

Restez à la maison



- N'allez pas à l'école, au travail, au CPE, à la garderie ni dans aucun endroit public (ex. : magasin).
- Ne sortez pas prendre une marche.
- N'envoyez pas vos enfants au service de garde ou à l'école et avisez le milieu si ce n'est déjà fait.
- N'empruntez pas les transports publics.
- Si vous n'avez pas d'aide pour votre épicerie ou vos médicaments, vous pouvez utiliser les services de livraison à domicile de l'épicerie ou de la pharmacie et évitez le contact à moins de 2 mètres avec le livreur.
- N'accueillez pas de visiteurs à la maison.

- Si vous habitez avec d'autres personnes qui n'ont pas de symptômes et qui n'ont jamais eu la COVID-19:
 - Demeurez seul dans une pièce de la maison le plus souvent possible.
 - Évitez d'être en contact avec les autres personnes de la maison. Si c'est impossible, gardez une distance d'au moins 2 mètres entre vous et les autres. Couvrez votre nez et votre bouche (voir encadré plus bas) si vous devez vous approcher à moins de 2 mètres.
 - Si possible, mangez et dormez seul dans une pièce de la maison.
 - Si possible, utilisez une salle de bain qui vous est réservée. Sinon, désinfectez-la après chaque utilisation.
 - Recommandez aux personnes qui habitent avec vous de surveiller l'apparition de symptômes au cours des 2 prochaines semaines. Si des symptômes surviennent, elles devront appliquer les consignes de cette fiche.
 - Aérez souvent la maison et votre chambre en ouvrant une fenêtre (si la météo le permet).

Vous pouvez sortir à l'extérieur sur votre balcon ou dans votre cour privée, en vous assurant d'être à 2 mètres de toute autre personne.

Couvrez votre nez et votre bouche



- Si possible, utilisez un masque ou un couvre-visage pour vous couvrir le nez et la bouche :
 - quand une personne est dans la même pièce de la maison que vous, à moins de 2 mètres;
 - si vous devez quitter la maison pour des raisons médicales.
- Pour savoir comment fabriquer et utiliser un couvre visage, consultez la page [Port du masque ou couvre-visage dans les lieux publics en contexte de la pandémie de COVID 19.](#)

Couvrez votre toux et vos éternuements



- Utilisez un mouchoir en papier pour tousser, vous moucher ou éternuer.
- Jetez le mouchoir en papier dans une poubelle dès que possible et lavez-vous les mains.
- Si vous n'avez pas de mouchoir en papier, tousser ou éternuez dans le creux de votre coude.

Lavez vos mains souvent



- Lavez-vous les mains souvent à l'eau tiède et au savon pendant au moins 20 secondes.
- Utilisez un désinfectant à base d'alcool si vous n'avez pas accès à de l'eau et à du savon; frottez vos mains jusqu'à ce qu'elles soient sèches.
- Lavez aussi vos mains avant de manger, après être allé à la toilette et chaque fois qu'elles sont visiblement sales.
- Fermez le couvercle de la toilette avant de peser sur la chasse d'eau et lavez vos mains.

Ne partagez pas vos objets personnels

- Ne partagez pas vos assiettes, ustensiles, verres, serviettes, draps et vêtements avec d'autres personnes.

Évitez les contacts avec les animaux

Rien n'indique que les animaux jouent un rôle significatif dans la propagation de la COVID-19. Cependant, quelques cas de transmission entre les humains et les animaux ont été identifiés. De plus, les animaux exposés au virus sont comparables à des surfaces qui peuvent être contaminées.

- Comme pour les personnes autour de vous, respectez les mesures d'hygiène à l'égard des animaux.
- Si possible, demandez à un autre membre de votre foyer de prendre soin de vos animaux. Sinon, lavez-vous les mains avant et après les soins donnés à un animal. Couvrez votre toux et vos éternuements.
- Si possible, gardez vos animaux à l'intérieur. À l'extérieur, utilisez une laisse ou un espace clôturé privé.
- Informez toute personne qui prend soin de vos animaux de limiter les contacts avec ceux-ci, de se laver les mains avant et après ces contacts, puis d'appliquer les mesures habituelles de prévention des maladies animales transmissibles à l'humain sur www.mapaq.gouv.qc.ca/zoonoses.
- Pour obtenir plus d'information, consultez les questions et réponses concernant les propriétaires ou gardiens d'un animal sur Québec.ca.

Surveillez vos symptômes et prenez votre température chaque jour

- Prenez votre température chaque jour, à la même heure, et notez-la.
- Si vous prenez un médicament contre la fièvre, attendez au moins 4 heures avant de prendre votre température.

Cela sera utile si vous avez besoin de consulter un professionnel de la santé.

Comment vous soigner

Dans la grande majorité des cas, vous pouvez vous soigner à la maison. Consultez le Guide autosoins. En général, il est recommandé de passer un test en présence de symptômes de la COVID-19, appelez d'abord à la ligne 1 877 644-4545. Vous serez orienté vers une ressource appropriée.

- Si vous devez vous présenter dans une clinique médicale ou un hôpital, portez un masque ou un couvre-visage et informez le personnel dès votre arrivée que vous avez des symptômes de la COVID-19.
- Si vous avez des symptômes graves comme une difficulté à respirer, un essoufflement important ou une douleur à la poitrine, signalez le 911 avant de vous rendre à l'urgence et avisez-les que vous avez des symptômes de la COVID-19.

Si une personne doit vous aider dans vos activités quotidiennes

(ex. : aide pour manger, aller à la toilette, vous déplacer dans la maison, etc.)

Idéalement, c'est toujours la même personne qui devrait vous aider. Cette personne devrait être âgée de moins de 70 ans, être en bonne santé et ne pas avoir de maladie chronique, comme une maladie cardiaque ou respiratoire, une insuffisance rénale, un diabète, une obésité importante (IMC > 40), un système immunitaire affaibli ou être en traitement pour un cancer.

Lorsqu'une autre personne est dans la même pièce que vous et à moins de 2 mètres, vous devez porter un masque ou un couvre-visage pour vous couvrir le nez et la bouche.

Avant de vous aider, la personne doit :

1. Se laver les mains;
2. Porter un masque ou un couvre-visage pour couvrir le nez et le bouche;
3. Porter des gants jetables.

Après vous avoir aidé, la personne doit :

4. Enlever ses gants et les jeter dans une poubelle fermée, hors de la portée des enfants;
5. Se laver les mains;
6. Enlever son masque ou son couvre-visage
 - a. Placer le couvre-visage dans un sac fermé, hors de la portée des enfants, jusqu'à ce qu'il soit lavé normalement;
 - b. S'il s'agit d'un masque jetable, le mettre dans une poubelle fermée.
7. Se laver les mains encore une fois.

Précautions à prendre par la personne qui fait le lavage et le nettoyage à la maison

Les draps, serviettes et vêtements de la personne malade, de même que les couvre-visages utilisés pour couvrir le nez et la bouche, peuvent être lavés avec ceux des autres personnes de la maison. Toutefois, s'ils sont très souillés, par exemple par des vomissements, les laver séparément.

- Lavez à l'eau chaude.
- Portez des gants jetables (évitiez le contact direct des vêtements, draps et serviettes de la personne malade avec votre peau et vos vêtements).
- Ne secouez pas le linge sale.

Les ustensiles et la vaisselle utilisés par la personne malade doivent être nettoyés avec votre savon à vaisselle habituel et de l'eau ou au lave-vaisselle.

Les déchets de la personne malade peuvent être jetés avec les vidanges de la maison dans une poubelle avec un sac. Fermez bien le couvercle de la poubelle ou le sac de vidanges.

Lavez-vous les mains fréquemment avec du savon et de l'eau :

- Après tout contact avec la personne malade ou avec des objets ou des surfaces qu'elle a touchés (ex. : table de chevet, vaisselle, etc.).



- Avant et après la préparation de la nourriture, avant de manger, après être allé à la toilette et chaque fois qu'elles sont visiblement sales.
- Si vous n'avez pas accès à de l'eau et à du savon, utilisez un désinfectant à base d'alcool.

Nettoyez et désinfectez au moins une fois par jour :

- Les surfaces et objets fréquemment touchés par la personne malade (ex. : poignées, table de chevet, cadre de lit et autres meubles de sa chambre).
- La salle de bain et la toilette.

Si la surface est propre, appliquez le désinfectant.

Sinon, nettoyez avec de l'eau et du savon pour éliminer les saletés. Rincez à l'eau claire puis essuyez avec une serviette propre avant d'appliquer le désinfectant.

Laissez la solution désinfectante agir quelques minutes (selon les directives du fabricant) avant d'essuyer toute trace de produit à l'aide d'un linge propre.

Pour le nettoyage :

- Portez des gants imperméables lors du nettoyage.
- Lavez vos mains et vos avant-bras avant de mettre vos gants et après les avoir retirés.
- Lavez les gants avec de l'eau et du détergent puis séchez-les ou remplacez-les par une nouvelle paire au besoin.
- Lavez vos mains à nouveau.

Produits pour le nettoyage et la désinfection

Pour nettoyer, utilisez de l'eau et du savon ou des produits de nettoyage à usage domestique. Pour désinfecter, utilisez votre désinfectant habituel ou préparez un mélange contenant 1 partie d'eau de Javel domestique et 9 parties d'eau froide (ex. : 1 tasse d'eau de Javel et 9 tasses d'eau).

Dans la mesure du possible, les endroits réservés à la personne malade devraient être nettoyés et désinfectés par cette dernière.

Vous pouvez contacter le service Info-Social 811 (consultation téléphonique psychosociale 24/7) si vous vivez :

- du stress, de l'anxiété;
- des réactions émotives qui perdurent (pleurs fréquents, irritabilité, etc.);
- un sentiment de panique;
- des idées qui tourment sans arrêt dans votre tête : cela vous envahit et vous fait peur;
- des répercussions sociales de la maladie.

Des professionnels en intervention psychosociale vous offriront du soutien et vous partageront de l'information et des conseils, selon vos besoins.

COVID-19 et isolement à la maison

Qu'est-ce que la COVID-19?

La COVID-19 est une maladie causée par le nouveau coronavirus.

Quels sont les symptômes?

Les principaux symptômes sont la fièvre, l'apparition ou l'aggravation d'une toux et une difficulté à respirer ou une perte soudaine de l'odorat sans congestion nasale. D'autres symptômes peuvent aussi apparaître : mal de gorge, mal de tête, douleur musculaire, fatigue intense, perte importante de l'appétit, vomissements et diarrhée.

Comment se transmet la COVID-19?

Elle se transmet d'une personne à une autre par le contact avec les gouttelettes qui sont projetées dans l'air quand une personne malade parle, tousse ou éternue. Une personne qui n'a pas de symptômes peut transmettre la COVID-19 sans le savoir. La transmission par des surfaces ou des objets contaminés est possible, mais ne représente pas le mode de transmission principal. Il est aussi possible que le virus soit transmis par les selles.

Pourquoi est-il important de respecter les recommandations d'isolement à la maison?

Pour éviter de transmettre la maladie à d'autres personnes.

Quand peut-on arrêter l'isolement à la maison?

Si vous avez été identifié comme un contact d'un cas de COVID-19 ou que vous êtes de retour d'un voyage à l'étranger, consultez les consignes appropriées (voir les liens au début de ce document).

Attention :

Les recommandations qui suivent doivent être appliquées à moins d'une recommandation différente de la santé publique.

Si vous êtes un travailleur de la santé, communiquez avec votre milieu de travail pour recevoir les consignes pour la levée de l'isolement ou le retour au travail.

Situations		Quand arrêter l'isolement ¹⁻²
Vous avez passé un test pour la COVID-19	Résultat positif	Vous pouvez arrêter l'isolement dès que 14 jours se sont écoulés depuis le début de vos symptômes et : <ul style="list-style-type: none">– que vous n'avez plus de fièvre depuis au moins 48 heures (sans avoir pris un médicament contre la fièvre); et– que vous n'avez plus de symptômes (excluant la toux et la perte de l'odorat, qui peuvent durer plus longtemps), depuis au moins 24 heures.
	Résultat négatif	Il est possible qu'un 2 ^e test vous soit recommandé pour confirmer l'absence de COVID-19. Si le 2 ^e test n'est pas nécessaire ou qu'il est négatif, vous pouvez arrêter l'isolement 24 heures après la fin de vos symptômes.



Vous n'avez pas passé de test pour la COVID-19	Vous avez l'un des symptômes suivants : <ul style="list-style-type: none">- Fièvre (> 38 °C);- Apparition ou aggravation d'une toux;- Difficulté à respirer;- Perte soudaine de l'odorat.	Vous pouvez arrêter l'isolement dès que 14 jours se sont écoulés depuis le début de vos symptômes et : <ul style="list-style-type: none">- que vous n'avez plus de fièvre depuis au moins 48 heures (sans avoir pris un médicament contre la fièvre);- et que vous n'avez plus de symptômes (excluant la toux et la perte de l'odorat, qui peuvent durer plus longtemps), depuis au moins 24 heures.
	Vous avez d'autres symptômes que ceux nommés plus haut (ex. : mal de tête, mal de gorge, diarrhée).	Vous pouvez arrêter l'isolement 24 heures après la fin de vos symptômes.

En cas de doute, contactez la ligne 1 877 644-4545 ou consultez le Guide autosoins sur [Québec.ca/coronavirus](https://quebec.ca/coronavirus).

Voici la liste des accessoires à nettoyer dont le travailleur est responsable :

#	Description	Responsable	Fréquence (minimum)
1.	Petits outils en général	Travailleur utilisateur	Après chaque usage
2.	Gants de travail	Travailleur utilisateur	1x/quart de travail
3.	Crème solaire	Travailleur utilisateur	1x/quart de travail
4.	Visière	Travailleur utilisateur	1x/quart de travail
5.	Volant et équipement de machinerie lourde ou de tout autre véhicule	Travailleur utilisateur	1x/quart de travail ou entre chaque utilisateur
6.	Radio	Travailleur utilisateur	1x/quart de travail ou entre chaque utilisateur
7.	Poignée du coffre à outils	Travailleur utilisateur	1x/quart de travail
8.	Clavier d'ordinateur	Travailleur utilisateur	1x/quart de travail
9.	Téléphone et cellulaire	Travailleur utilisateur	1x/quart de travail
10.	Bureaux individuels	Travailleur utilisateur	1x/quart de travail