

- L'autosurveillance des symptômes est primordiale de même l'exclusion immédiate du milieu de travail si un ou plusieurs des symptômes suivant apparaissent :

En cas d'apparition des symptômes suivants, appeler la ligne INFO-SANTÉ Nunavik au 1 888 662-7482

- | | |
|---|-----------------|
| ✓ Fièvre ($\geq 38^{\circ}\text{C}$ ou 100.4°F) ou frissons | ✓ Maux de gorge |
| ✓ Toux inhabituelle | ✓ Maux de tête |
| ✓ Essoufflement, difficulté à respirer ou douleur thoracique | ✓ Diarrhée |
| ✓ Perte du sens de l'odorat | ✓ Fatigue |
| | ✓ Courbatures |

En dehors des heures de travail

- La quarantaine stricte doit être maintenue en dehors du travail pour un total de 14 jours.
- Le covoiturage ou l'utilisation des transports en commun doivent être évités dans la mesure du possible, sinon, un masque de procédure doit être porté pendant toute la durée du trajet.
- Le logement individuel demeure de loin préférable pour la quarantaine.
- **Si un logement individuel n'est pas disponible**, la quarantaine peut être faite à l'hôtel ou dans un logement partagé¹. Toutefois, les contacts directs et indirects avec les autres personnes doivent être évités :
 - Rester seul dans sa chambre pour dormir, manger, etc.;
 - Limiter l'utilisation des aires communes (ex.: cuisine);
 - Se déplacer vers et dans les aires communes en portant un masque;
 - Si possible, utiliser une salle de bain réservée; sinon, désinfecter avant et après chaque utilisation;
 - Éviter de partager les objets personnels (vaisselle, serviettes, draps, etc.);
 - Aérez souvent la maison et votre chambre en ouvrant une fenêtre (si la météo le permet).
- Si un logement individuel n'est pas disponible et **qu'il n'est pas possible d'éviter les contacts** avec les occupants d'un logement partagé, ces derniers devront suivre les consignes de quarantaine tous en même temps et ce, pour 14 jours (ex. : ne pas fréquenter de milieu de garde ou l'école, ne pas visiter de lieu public, ne sortir que pour se rendre au travail dans le cas d'un travailleur critique en observant les mesures énumérées pour le milieu de travail.

VOUS POUVEZ	VOUS NE POUVEZ PAS
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Faire une sortie en plein air seul (ou avec les gens qui sont en quarantaine avec vous). ✓ Vous faire livrer de la nourriture ou des médicaments. 	<ul style="list-style-type: none"> ✗ Recevoir des visiteurs. ✗ Visiter des lieux publics (ex : épiceries).

¹ Dans l'éventualité où une personne en logement partagé serait infectée par la COVID-19, les personnes partageant le même logement devront être mises en isolement. Les employeurs doivent s'assurer qu'une telle éventualité ne compromettra pas l'offre de services.