



Employés d'organismes communautaires

Quelques faits sur la COVID-19

- **Principaux symptômes** : fièvre, toux et difficulté respiratoire. Plus une personne est malade, plus il est possible qu'elle transmette le virus. Une personne avec des symptômes légers peut transmettre le virus, mais ceci est beaucoup plus rare.
- **Symptômes sévères** : les personnes âgées (plus de 65 ans), atteintes de maladies chroniques, ou celles dont le système immunitaire est faible sont celles qui ont le plus de chance d'avoir des symptômes sévères;
- **Symptômes légers** : les enfants et les adolescents sont moins affectés par le COVID-19 et leurs symptômes sont légers, mais ils peuvent transmettre la maladie aux personnes plus vulnérables sans le savoir;
- **Transmission** : le virus se transmet par des gouttelettes qui sont projetées dans l'air quand une personne infectée parle, tousse ou éternue. On trouve aussi le virus sur les mains des personnes malades, dans leurs selles et sur les objets où les gouttelettes peuvent s'être déposées (mouchoirs, poignées de porte, vêtements);
- **Situation au Québec** : quebec.ca/coronavirus
- **Information et outils pour les professionnels** de la région de Montréal : santemontreal.ca/coronavirus2019-ncov

Pour l'ensemble du personnel impliqué

Le risque de transmission du virus dans les locaux d'organismes communautaires demeure faible. Cependant, il est primordial de se préparer et de mettre en place des mesures pour diminuer ce risque et pour vous protéger si la situation évolue. Ces mesures sont aussi efficaces pour prévenir d'autres maladies respiratoires comme l'influenza.

Les employés et bénévoles qui travaillent dans les organismes communautaires doivent :

- n'avoir aucun symptôme apparenté au rhume ou à la grippe,
- ne pas être revenus de voyage à l'intérieur des 14 derniers jours,
- appliquer les [mesures d'hygiène respiratoire](#) (tousse dans le creux de son coude ou dans un mouchoir qui sera jeté immédiatement, pour ensuite se laver les mains),
- se [laver les mains](#) souvent avec du savon et durant au moins 20 secondes.

Tout employé ou bénévole ressentant des symptômes devrait s'abstenir de participer aux services et appeler le **514 644-4545** (ligne COVID-19 du gouvernement du Québec).

COVID-19



Se protéger au travail

- Gardez 2 mètres de distances avec les autres personnes
- Lavez vos mains souvent avec de l'eau et du savon pendant au moins 20 secondes
- Toussez et éternuez dans le creux de votre coude
- Évitez de vous toucher le visage
- Jetez vos mouchoirs
- Nettoyez et désinfectez votre environnement de travail souvent : les surfaces fréquemment touchées (poignées, comptoirs, meubles de rangement, etc.), la salle de bain et la toilette. Dans le cas de contacts fréquents et répétés avec la clientèle :
 - Les surfaces visiblement souillées devraient être d'abord nettoyées et désinfectées
 - Les surfaces fréquemment touchées (tables, comptoirs, poignées de porte, robinetterie, toilettes, téléphones, claviers, accessoires informatiques, etc.) devraient être nettoyées et désinfectées fréquemment, idéalement 2 fois par jour
 - Les produits désinfectants ou les lingettes pré-imbibées jetables désinfectantes doivent être utilisés selon le mode d'emploi inscrit sur le contenant (concentration, dilution, temps de contact, rinçage si requis, etc.).

Se protéger dans les transports en commun

- Le gouvernement du Québec recommande d'ajuster vos heures de déplacement en transport en commun pour éviter la foule aux heures de pointe, si possible
- Dès que possible ou lorsque vous arrivez à destination, lavez vos mains
- Les sociétés de transport ont augmenté la fréquence de l'entretien de leurs véhicules et installations

Le port du masque

- Le masque ne constitue pas un équipement de protection efficace pour la population générale
- L'utilisation est indiquée pour les personnes malades et ceux qui interviennent auprès d'eux (moins de 2 mètres)
- [Écoutez le message du Dr Arruda](#), Directeur de santé publique du Québec concernant le port du masque

Protéger ma famille et mes proches

- Appliquez les mêmes mesures d'hygiène à la maison (lavage de mains, nettoyage des surfaces fréquemment touchées, etc.)
- Si vous ou l'un de vos proches développent des symptômes, restez à la maison, n'allez pas au travail et contactez la ligne téléphonique 514 644-4545 (sans frais)

Pour des informations plus détaillées : <https://www.inspq.qc.ca/covid-19/sante-au-travail>

2020-03-24. Ces recommandations sont conformes aux directives de l'Agence de santé publique du Canada et du ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec.

Une responsabilité collective

Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
du Centre-Sud-de-
l'Île-de-Montréal

Québec