

*Avec la situation actuelle concernant la propagation du coronavirus, vous trouverez dans ce document des conseils visant à outiller les organismes communautaires qui offrent des services essentiels, pour maintenir leurs activités, tout en minimisant les risques de transmission de l'infection pour leur clientèle, de même que pour leur personnel. Ce document sera ajusté dans un processus d'amélioration continue et pourrait être **sujet à changement selon l'évolution de la situation et de nos connaissances concernant le virus.***

Aucune mesure n'est parfaite. Nous savons que les mesures proposées ne sont pas toutes applicables à la réalité des organismes. Vous êtes les mieux placés pour **adapter ces mesures à votre réalité, à votre fonctionnement et à votre clientèle.** Nous vous recommandons d'implanter un maximum de mesures en fonction des ressources de votre organisme et de votre mission.

Sachez que des fiches thématiques détaillées concernant des situations spécifiques vécues dans vos organismes sont jointes à la fin du document.

Comment se transmet le coronavirus?

Le virus infecte le nez, la gorge et les poumons. Il se propage le plus souvent par :

- Un contact étroit avec une personne infectée lorsque cette personne tousse ou éternue;
- Un contact des mains avec des surfaces infectées, puis avec la bouche, le nez ou les yeux.

Lorsque la personne tousse ou éternue, elle produit des gouttelettes qui peuvent rester dans l'air de quelques secondes à quelques minutes et voyager jusqu'à 2 mètres. Les gouttelettes peuvent tomber sur des objets. En général, le coronavirus peut survivre sur les surfaces sèches de quelques heures à quelques jours, selon les surfaces.

MESURES DE PRÉVENTION À INSTAURER

Les principales mesures de prévention impliquent l'hygiène des mains et la distance physique entre les personnes. De manière générale, les mesures organisationnelles (comme réaménager l'espace ou modifier les façons de faire pour diminuer les contacts entre les personnes) sont plus efficaces. **L'utilisation d'un masque pour les gens qui n'ont pas été formés pour l'utiliser constitue un plus grand risque de contamination. Leur utilisation est ainsi réservée aux milieux de soins.**

Mesures d'hygiène accrues

- S'assurer que les employés, bénévoles et usagers appliquent les règles d'hygiène personnelles;
- Se laver les mains souvent, durant 20 secondes, c'est-à-dire : en entrant et en sortant de la bâtisse, avant et après avoir mangé ou cuisiné, manipulé de la nourriture, être allé aux toilettes ou s'être mouché.
- Méthode pour le lavage des mains : <https://www.youtube.com/watch?v=VKpMB5yltg>.
- Éviter de se toucher les yeux, le nez et la bouche avec vos mains.
- Garder une distance de deux bras entre les personnes (environ 2 mètres).
- Pratiquer l'hygiène respiratoire : tousser ou éternuer dans le pli de son coude ou utiliser un mouchoir en papier, puis le jeter dans la poubelle et laver ses mains.

TOUTE PERSONNE PRÉSENTANT DES SYMPTÔMES D'ALLURE GRIPPALE (FIÈVRE, TOUX, DIFFICULTÉS RESPIRATOIRES, MAL DE GORGE) NE DOIT PAS FRÉQUENTER L'ORGANISME.

Demander aux personnes présentant des symptômes de retourner à la maison et les diriger vers les services de santé au besoin.

Elles peuvent appeler au 1-877-644-4545, leur médecin de famille ou la clinique médicale de leur quartier pour parler à un médecin. * Si les symptômes sont sévères, appeler le 911.

** Le 19 mars 2020, le MSSS a annoncé que les médecins pourraient faire des consultations téléphoniques.*

MESURES À METTRE EN PLACE DANS VOTRE ORGANISME

Accueil des usagers

- Installer les affiches suivantes conçues par le MSSS, disponibles en français et en anglais, dans votre organisme :
 - « On reste à la maison, on sauve des vies »
<https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2019/19-210-F-on-se-protege.pdf>
<https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2019/19-210-A-on-se-protege.pdf>
 - « Le lavage des mains, simple et efficace! »
<https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2019/19-207-03F.pdf>
<https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2019/19-207-02F.pdf>
<https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2012/12-207-05A.pdf>
<https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2012/12-207-07A.pdf>
 - « Tousser et éternuer, sans contaminer! »
<https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2019/19-207-01F.pdf>
<https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2019/19-207-01A.pdf>
- Demander à quelqu'un de repérer à l'accueil les personnes malades, c'est-à-dire les personnes qui ont des symptômes d'allures grippales (fièvre, toux, mal de gorge ou difficultés respiratoires) Inviter ces personnes à retourner chez elles et les référer aux services de santé disponibles nommés ci-haut. Voir la possibilité d'effectuer un suivi téléphonique pour évaluer et répondre au besoin.
- Pour les personnes de 70 ans et plus qui doivent rester à leur domicile, de même que pour les personnes ayant des maladies chroniques ou isolées à domicile en raison du coronavirus, offrir le service d'une manière différente (suivi téléphonique, livraison, etc.) de façon à ce qu'elles ne soient pas en contact avec les autres usagers et employés.

Hygiène

- Limiter le matériel (meubles, chaises, etc.) à ce qui est indispensable.
- Prévoir un endroit accessible pour se laver les mains avec de l'eau et du savon et/ou offrir une solution hydroalcoolique (de type Purell ou Microsan).

Les recettes maison de solution hydroalcoolique pour les mains ne sont pas recommandées.

- Mettre à la disposition des usagers des mouchoirs et des poubelles avec couvercles en quantité suffisante. Vider les poubelles régulièrement et les désinfecter. Procéder à l'hygiène des mains suite au nettoyage et à la désinfection.
- Nettoyer et désinfecter les surfaces fréquemment touchées le plus souvent possible : rampes, poignées de portes, tables, dossiers de chaises, comptoirs, boutons d'ascenseur, salles de bains, interrupteurs, téléphones, claviers d'ordinateurs, etc. Procéder au nettoyage et à la désinfection des aires communes, la cuisine, les toilettes publiques ou partagées, **minimalement 3 fois par jour ou plus selon la fréquentation des lieux et tout espace où un usager aurait eu des symptômes respiratoires ou gastro-intestinaux** (lits, tables et chaises où la personne a mangé, etc.).

Outil disponible : *Annexe 1 – Préparation et utilisation de l'eau de Javel (hypochlorite de sodium) pour nettoyer et désinfecter les surfaces dures.*

- Nettoyer sans tarder les souillures visibles (ex. : crachats) et les surfaces ou objets souillés.
Outil disponible : *Annexe 2 – Nettoyer des surfaces souillées de sang ou autres liquides biologiques (salive, selles, urine, etc.)*

Au niveau organisationnel

- Développer une politique d'absentéisme et de congés de maladie flexible. Le personnel et les bénévoles doivent rester à la maison lorsqu'ils sont malades, qu'un membre de leur famille est malade ou en cas de fermeture d'école de leurs enfants.
- Identifier les fonctions et les postes critiques et planifier comment leurs poursuites pourront être assurés (ex. : former de nouveaux membres du personnel dans divers postes essentiels).

Conseils spécifiques pour une ressource d'hébergement

- Configurer les lieux pour diminuer les contacts entre les personnes :
 - S'il y a des files d'attente, créer de l'espace entre les personnes qui attendent (2 mètres);
 - Si possible, favoriser que les usagers prennent leur repas dans leur chambre. Si ce n'est pas possible, réunir le moins de personnes possible dans une même pièce pour maintenir une distance entre les usagers;
 - Par exemple;
 - ✓ Créer de l'espace (2 mètres) entre les personnes qui s'assoient à une même table;
 - ✓ Laisser des tables libres entre les tables occupées;
 - ✓ Étaler les heures de service de repas;
 - ✓ Diviser les personnes en petits groupes ou répartir les personnes dans différents locaux.

Référez-vous à la fiche thématique suivante :

*Conseils et mesures préventives destinés aux ressources en itinérance au Québec **

<https://www.msss.gouv.qc.ca/professionnels/documents/coronavirus-2019-ncov/COVID-itinerance-2020-03-13.pdf>

* Même si votre ressource d'hébergement n'est pas destinée à une clientèle itinérante, plusieurs mesures s'appliquent dans d'autres contextes d'hébergement.

Conseils spécifiques pour les organismes d'aide alimentaire

- Créer de l'espace entre les personnes qui sont dans une file d'attente (2 mètres).
- Étaler les heures de services pour diminuer le nombre de personnes qui sont au même moment dans l'organisme (par exemple, effectuer deux distributions alimentaires plutôt qu'une, si possible, ou faire la distribution alimentaire sur rendez-vous);
- Limiter les manipulations d'objets, de sacs ou d'aliments par les employés et usagers et limiter le temps passé en groupe (lorsque ce n'est pas nécessaire). Par exemple, un organisme de distribution alimentaire pourrait préparer des sacs ou des boîtes de nourriture à l'avance pour limiter les manipulations et le temps passé en groupe.
- Lorsque possible, demander qu'une seule personne par famille se présente à l'organisme.
- Pour les services de **livraison à domicile** (par exemple, aide alimentaire ou popotes roulantes) :
 - Signaler l'arrivée du livreur, puis laisser les boîtes à l'entrée des résidences.
 - Voir à déposer la nourriture sur une table ou sur une surface surélevée si possible, pour faciliter aux personnes âgées à mobilité réduite l'accès aux aliments. Si une conversation est souhaitée pour briser l'ennui, il est possible de compléter l'intervention en appelant la personne par la suite.
 - Rappeler à la clientèle qu'elle devrait manipuler les emballages, puis se laver les mains avant de manger.
Outil disponible : Annexe 3 – Comment nettoyer les aliments que vous rapportez à la maison?
 - Lorsqu'il est nécessaire de manipuler de l'argent, le livreur doit toujours se garder une distance de 2 mètres avec les autres personnes, des alternatives pour limiter les contacts doivent donc être mises en place. Par exemple, demander aux personnes d'avoir le montant juste pour payer la livraison. Si ce n'est pas possible, le livreur peut déposer un pot avec du change pour que la personne puisse y déposer son argent et prendre le change qui lui revient. Elle s'éloigne ensuite pour que le livreur reprenne le pot. S'il y a manipulation directe de l'argent, **le livreur doit éviter de se toucher le visage**. Mettre à sa disposition une solution hydroalcoolique ou avoir un 4 litres d'eau avec du savon disponible. Il devra se laver régulièrement les mains 20 secondes avec de l'eau fraîche et du savon durant la journée.
 - Nettoyer fréquemment les surfaces du véhicule les plus touchées et à la fin de chaque quart de travail (volant, tableau de bord, bras de transmission, poignées de porte ou autres) avec de l'eau savonneuse ou un produit nettoyant utilisé à la maison (selon les recommandations du fabricant).

- Pour les organismes préparant et offrant des **jardins de toutes sortes**, limiter au maximum le nombre de personnes participantes et assurez-vous de mettre en place les mesures d'hygiène et de prévention nécessaires (distance physique de 2 mètres, lavage des mains, etc.). Nous vous rappelons que les personnes âgées de 70 ans et plus doivent rester à leur domicile, elles ne peuvent donc pas participer à ce genre d'activité. Également, les mesures d'hygiène et de distance physique doivent être respectées.
- Rappel pour les personnes qui **manipulent de la nourriture**;
<https://www.mapaq.gouv.qc.ca/fr/Publications/Guidemanipulateur5.pdf>
 - Les méthodes courantes de nettoyage et de désinfection qui sont appliquées dans le domaine alimentaire doivent être maintenues et leur fréquence d'utilisation doit être augmentée lorsque cela est possible.
 - Le **port de masques et de gants ne constitue pas des mesures nécessaires** pour assurer la protection des livreurs, des manipulateurs d'aliments ou de la clientèle. Ces pratiques donnent une fausse impression de sécurité.
 - Le lavage des mains fréquent est plutôt suggéré.



Référez-vous à la fiche thématique suivante :

Questions et réponses pour les responsables de popotes roulantes

<https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2019/19-210-37W.pdf>

RESSOURCES DE SOUTIEN POUR LES USAGERS ET EMPLOYÉS

Pour toutes questions en lien avec l'état de santé d'une personne potentiellement infectée à la COVID-19 ou présentant des symptômes, composer le 1 877 644-4545

Fiche « Stress, anxiété et déprime associées à la maladie à coronavirus (COVID-19) »

<https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2019/19-210-14W.pdf>

Fiche « Mon enfant est inquiet en raison de la pandémie : comment le soutenir? »

<https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2019/19-210-15W.pdf>

Ressources téléphoniques d'aide psychosociale disponibles 24h/24h et 7j/7j :

- Croix-Rouge 1 800 863-6582
- Info-Social 811
- Ligne provinciale d'intervention téléphonique en prévention du suicide 1-866-APPELLE

Autres fiches thématiques spécifiques

Pour accéder aux différentes infographies produites par le ministère de la Santé et des Services Sociaux : <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/sujets/covid-19>

Des mises à jour fréquentes sont réalisées, consulter régulièrement cet hyperlien pour avoir accès à du nouveau matériel.

Conseils et mesures préventives destinés aux personnes utilisatrices de drogues et aux personnes en situation d'itinérance

<https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2019/19-210-27W.pdf>

Fiche « Les populations vulnérables et la COVID-19 »

<https://www.canada.ca/content/dam/phac-aspc/documents/services/diseases-maladies/vulnerable-populations-covid-19/vulnerable-fra.pdf>

Guide Auto-Soins

https://cdn-contenu.quebec.ca/cdn-contenu/sante/documents/Problemes_de_sante/19-210-30FA_Guide-autosoins_francais.pdf?1584985897

Documents multilingues et fiches statut d'immigration et accès aux soins

<https://accesss.net/informations-multilingues-sur-le-coronavirus-covid-19/>

BON À SAVOIR...

Que se passe-t-il lorsque quelqu'un a un test positif pour le coronavirus?

Lorsqu'une personne a un test positif pour le coronavirus, la direction de santé publique est aussitôt informée. Elle rejoint la personne, l'informe du résultat, et lui demande de rester en isolement à domicile. Elle lui transmet verbalement et par écrit des conseils précis pour ne pas transmettre l'infection. Elle évalue aussi la capacité de cette personne et de son milieu à appliquer cet isolement et ces recommandations.

La direction de santé publique évalue également les contacts que la personne a eu lorsqu'elle était contagieuse et avertira les personnes ayant eu un contact significatif. Elle avertira les milieux où ces contacts significatifs ont pu avoir eu lieu.

Références

MAPAQ
Santé Canada

Ce document est inspiré du document « *Prévention des infections – Conseils aux organismes communautaires* » produit par la Direction de santé publique du CIUSSS de la Capitale-Nationale, version intérimaire du 19 mars 2020.

ANNEXE 1 – Information aux organismes communautaires

Préparation et utilisation de l'eau de Javel (hypochlorite de sodium) pour nettoyer et désinfecter les surfaces dures

Nettoyage

Avant de désinfecter, s'assurer de bien **nettoyer avec de l'eau savonneuse et rincer** pour enlever toutes traces de saletés sur les surfaces. La désinfection sera plus efficace.

Désinfection *

Consignes :

- Vérifier la date d'expiration de l'eau de Javel.
- La préparation doit être refaite tous les jours.
- L'eau de Javel doit toujours être utilisée seule. Ne pas mélanger avec d'autres produits de nettoyage pour éviter la production de gaz toxiques ou réduire son efficacité.
- Ne pas conserver l'eau de Javel dans un contenant en métal, car elle réagit avec cette matière. La conserver dans son contenant d'origine et l'entreposer de façon sécuritaire.

Préparation :

- Utiliser des gants de caoutchouc (de type gants de vaisselle) pour manipuler la solution.
- Dans un contenant opaque en plastique, muni d'un bec verseur et non d'un vaporisateur, préparer la quantité selon la recette suivante avec de l'eau tiède (non chaude) :
 - Si eau de Javel avec 3-4 % d'hypochlorite de sodium
(voir l'étiquette pour vérifier le pourcentage);
 - 15 ml (1 c à Table) d'eau de Javel dans 750 ml (3 tasses) d'eau tiède;
 - Si eau de Javel avec 5-6% d'hypochlorite de sodium;
 - 15 ml (1 c. à Table) d'eau de Javel dans 1,5 litre (6 tasses) d'eau tiède;
 - Si eau de javel avec 12% d'hypochlorite de sodium :
 - 15 ml (1 c à Table) d'eau de Javel dans 3 litres (12 tasses) d'eau tiède.



Utilisation :

- Prendre un linge propre et le plier en 4.
- Verser de la solution d'eau de Javel sur le linge et passer sur les surfaces à désinfecter. Utiliser toujours un côté propre du linge (l'une des 8 surfaces pliées).
- Le séchage des surfaces à l'air libre est recommandé.
- Le rinçage est nécessaire seulement s'il s'agit d'une surface sur laquelle des aliments seront déposés.



Références

* Pour toutes les surfaces dures, solution 1 :50, tel que recommandé par le MAPAQ, le MSSS et Santé Canada en date du 30 mars 2020.

- https://www.mapaq.gouv.qc.ca/fr/Avis_Publicite/Pages/COVID-19_QuestionsReponses.aspx
- <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/guide-garderie/chap4-entretien-hygiene.pdf>
- <https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/medicaments-produits-sante/desinfectants/covid-19.html>

Coronavirus COVID-19 – Consignes pour les maisons de répit, publication du 20 mars 2020, MSSS.

ANNEXE 2 – Information aux organismes communautaires

Nettoyer des surfaces souillées de sang ou d'autres liquides biologiques (salive, selles, urine, etc.)

Les surfaces non poreuses souillées de sang ou d'autres liquides biologiques doivent être nettoyées et désinfectées.

Le nettoyage et la désinfection doivent être faits de la manière suivante :

- Pour les incidents mineurs (**moins de 10 ml**) :



- Porter des gants de latex ou de caoutchouc
- Essuyer, nettoyer, rincer et désinfecter la surface avec une solution javellisante. Pour la solution javellisante (voir l'annexe 1).

- Pour les incidents plus importants (**plus de 10 ml**) :



- Porter des gants de latex ou de caoutchouc.
- Éponger la surface avec un tissu absorbant (papier essuie-tout) et le jeter dans une poubelle à pédale fermée et munie d'un sac de plastique.
- Laver la surface à l'eau savonneuse, puis rincer.
- Désinfecter à l'aide d'une solution javellisante plus concentrée : 100 ml d'eau de javel dans 900 ml d'eau tiède (et non chaude). Laisser la solution agir de 30 secondes à 2 minutes, selon la quantité de la souillure.

- Jeter les gants de latex dans une poubelle à pédale fermée et munie d'un sac de plastique. Si les gants utilisés sont en caoutchouc, laver et désinfecter avec la solution javellisante (voir annexe 1).



- Désinfecter l'équipement ayant servi au nettoyage avec la solution javellisante, l'essorer et le laisser sécher à l'air ambiant.

Les surfaces poreuses telles que les tapis ne peuvent pas être désinfectées; elles peuvent uniquement être nettoyées et assainies. Si un tapis a été souillé par du sang ou d'autres liquides biologiques, il faut idéalement le jeter et le remplacer au besoin par un neuf. Sinon, il faut nettoyer le tapis avec un produit nettoyant pour tapis et assainir. Pour assainir, on utilise un produit assainisseur pour surfaces non alimentaires, on rince le tapis à fond ou on utilise un appareil de nettoyage à la vapeur ou un appareil d'injection-extraction. Le tapis doit être sec dans un délai de 24 heures, sinon l'humidité prolongée pourrait favoriser la croissance d'agents pathogènes, en particulier lorsque le rinçage à fond est utilisé comme mode d'assainissement.

ANNEXE 3 - Mesures de prévention à remettre aux usagers

Comment nettoyer les aliments que vous rapportez à la maison?

Jusqu'à présent, il n'existe aucune preuve que la COVID-19 puisse être transmise par les aliments.

Le virus se transmet par des gouttelettes respiratoires qui tombent sur des surfaces et les contaminent. Si vous touchez une surface ou un objet où se trouve le virus, puis que vous touchez ensuite votre visage (bouche, nez ou yeux), il pourrait y avoir un risque de contamination. Toutefois, ce n'est pas le principal mode de transmission. Un contact physique très proche avec une personne contaminée demeure le plus grand risque.

Lorsque vous arrivez à la maison avec vos provisions :

- Mettre tous vos aliments au même endroit.
- Éviter de toucher votre visage.
- Laver vos mains 20 secondes avec du savon.

Si vous souhaitez en faire plus pour vous protéger, vous pouvez :

- Remplir l'évier avec de l'eau savonneuse (savon à vaisselle régulier).
- Fruits et légumes non emballés : nettoyer avec de l'eau savonneuse en frottant quelques secondes et rincer à l'eau claire.
- Prendre un linge propre et frotter tous les emballages et conserves.
Faire sécher le tout à l'air libre et ranger.



Image Pixabay

La réfrigération ou la congélation ne détruisent pas le virus.

Le lavage est la meilleure façon de détruire le virus.

Références

- https://www.mapaq.gouv.qc.ca/fr/Avis_Publicite/Pages/COVID-19_QuestionsReponses.aspx
- <https://www.lapresse.ca/societe/sante/202003/20/01-5265747-covid-19-mode-demploi-pour-eviter-la-contamination-de-la-maison.php>
- <https://ici.radio-canada.ca/nouvelle/1687727/covid-19-coronavirus-epicerie-decontamination-aliments-produits-savon>

En date du 30 mars 2020