



APRÈS LE DÉPISTAGE...

Étape 1

Veillez répondre aux questions ci-dessous pour vous aider à déterminer votre **catégorie de risque** :

Quelle colonne correspond le mieux à votre situation ou à celle de votre enfant?				
	1	2	3	4
Quelle est la raison pour laquelle <u>vous</u> ou <u>votre enfant</u> êtes venus vous faire dépister aujourd'hui?	« Je me sens bien , mais je suis inquiet. » OU « Je veux juste savoir si j'ai la COVID-19. »	« Je /mon enfant présente des symptômes , mais je n'ai pas ou il n'a pas eu de contact étroit* avec une personne dont le résultat au test de dépistage de la COVID-19 est positif. »	« Je/mon enfant ne présente pas de symptômes , mais j'ai/mon enfant a été exposé à/été en contact étroit* avec une personne dont le résultat au test de dépistage de la COVID-19 est positif. »	« Je/mon enfant présente des symptômes et j'ai/mon enfant a été exposé à/été en contact étroit* avec une personne dont le résultat au test de dépistage de la COVID-19 est positif. »
Avez-vous été exposé à une personne ayant la COVID-19? →	AUCUN contact étroit* connu avec quelqu'un dont le résultat au test de dépistage de la COVID-19 est positif.	AUCUN contact étroit* connu avec quelqu'un dont le résultat au test de dépistage de la COVID-19 est positif.	Contact étroit* avec quelqu'un dont le résultat au test de dépistage de la COVID-19 est positif. J'ai reçu ou mon enfant a reçu une lettre de Santé publique Ottawa (SPO) indiquant que je devais ou que mon enfant devait être soumis à un dépistage.	Contact étroit* avec quelqu'un dont le résultat au test de dépistage de la COVID-19 est positif. J'ai reçu ou mon enfant a reçu une lettre de SPO indiquant que je devais ou que mon enfant devait être soumis à un dépistage.
	ET	ET	ET/OU	ET/OU
Avez-vous voyagé à l'extérieur du Canada? →	AUCUN voyage à l'extérieur du Canada.	AUCUN voyage à l'extérieur du Canada.	J'ai/mon enfant a voyagé à l'extérieur du Canada.	J'ai/mon enfant a voyagé à l'extérieur du Canada.
Avez-vous des symptômes de la COVID-19? →	AUCUN symptôme	Au moins un symptôme	AUCUN symptôme	Au moins un symptôme
Catégorie de risque	↓ Catégorie verte	↓ Catégorie jaune	↓ Catégorie orange	↓ Catégorie rouge
Le dépistage est-il recommandé?	Le dépistage N'EST PAS recommandé.	Le dépistage est recommandé.	Le dépistage est recommandé.	Le dépistage est recommandé.

* Qu'est-ce qu'un contact étroit [aussi appelé contact à risque élevé]?

- Un contact étroit, ou contact à risque élevé, signifie l'exposition à une personne dont le résultat au test de dépistage de la COVID-19 est positif. L'exposition peut avoir lieu à la maison, dans un autre endroit intérieur où la distanciation physique est difficile à respecter, ou même à l'extérieur, lorsque vous êtes à proximité d'une personne pendant de plus longues périodes.
- Vous recevrez une lettre ou un appel automatisé de SPO s'il est déterminé que vous avez eu un contact à risque élevé avec une personne dont le résultat au test de dépistage de la COVID-19 est positif dans une école ou une garderie.
- **Remarque : Si vous avez reçu un avis comme quoi votre lieu de travail, votre école ou votre garderie compte un seul cas, cela NE SIGNIFIE PAS que vous ou votre enfant avez eu un contact à risque élevé. SPO avise directement les gens pour qui c'est le cas.**

V.5 9 octobre 2020

Renseignements supplémentaires pour l'étape 1

Pour les parents et tuteurs d'enfants et de jeunes fréquentant une école ou une garderie :

Si SPO vous a avisé que votre enfant a eu un contact à risque élevé, votre enfant fera partie de l'une des catégories suivantes :

- S'il N'A PAS de symptômes, il est dans la **catégorie de risque orange**;
- S'il a au moins UN symptôme, il est dans la **catégorie de risque rouge**.

Si SPO n'a pas communiqué avec vous, mais que votre enfant a au moins UN symptôme, il est dans la **catégorie de risque jaune**.

Étape 2

Veillez lire attentivement les recommandations ci-dessous, qui vous renseigneront sur les prochaines étapes.

Catégorie de risque	Catégorie verte	Catégorie jaune	Catégorie orange	Catégorie rouge
Dois-je m'auto-isoler pendant que j'attends mes résultats?†	Le dépistage N'EST PAS recommandé pour les personnes ayant été placées dans la catégorie de risque verte par un centre d'évaluation ou une clinique de soins pour la COVID-19. Les personnes de cette catégorie de risque qui ont besoin d'un dépistage (p. ex. visiteurs d'un établissement de soins de longue durée) peuvent en obtenir un dans certaines pharmacies de la région d'Ottawa sur rendez-vous seulement.	Vous DEVEZ vous auto-isoler et vous autosurveiller. NE RETOURNEZ PAS à la garderie, à l'école ou au travail (en personne). Veillez consulter les instructions pour l'auto-isolement et l'autosurveillance ci-dessous.	Vous DEVEZ vous auto-isoler et vous autosurveiller. NE RETOURNEZ PAS à la garderie, à l'école ou au travail (en personne). Veillez consulter les instructions pour l'auto-isolement et l'autosurveillance ci-dessous.	Vous DEVEZ vous auto-isoler et vous autosurveiller. NE RETOURNEZ PAS à la garderie, à l'école ou au travail (en personne). Veillez consulter les instructions pour l'auto-isolement et l'autosurveillance ci-dessous.
Devrais-je aviser les membres de mon ménage** avant de recevoir le résultat de mon dépistage? Veillez consulter la section Aviser les membres de votre ménage ci-dessous.	Pour en savoir davantage, visitez le site https://covid-19.ontario.ca/emplacements-centres-devaluation/	Veillez aviser les membres de votre ménage** qu'ils doivent s'auto-isoler pour les quatorze (14) jours† suivant leur dernier contact avec vous et les aviser une fois que vous aurez obtenu le résultat de votre dépistage.	Vous N'ÊTES PAS tenu d'aviser les membres de votre ménage**. Votre catégorie de risque passe au rouge si vous développez des symptômes , auquel cas vous devrez suivre les directives propres à cette catégorie.	Veillez aviser les membres de votre ménage** qu'ils doivent s'auto-isoler pour les quatorze (14) jours† suivant leur dernier contact avec vous et les aviser une fois que vous aurez obtenu le résultat de votre dépistage.
Quand puis-je cesser de m'auto-isoler?		Résultat positif : Vous pouvez cesser de vous auto-isoler dix (10) jours après le début de vos symptômes, tant que vous n'avez pas de fièvre ET que vos symptômes s'améliorent depuis au moins 24 heures sans l'utilisation de médicament pour réduire la fièvre.	Résultat positif : Vous pouvez cesser de vous auto-isoler dix (10) jours après la date de votre écouvillonnage ET vous n'éprouvez pas de symptômes de la COVID-19. Si vous éprouvez des symptômes, SPO vous informera lorsque vous pourrez cesser de vous auto-isoler.	Résultat positif : Vous pouvez cesser de vous auto-isoler dix (10) jours après le début de vos symptômes tant que vous n'avez pas de fièvre ET que vos symptômes s'améliorent depuis au moins 24 heures sans l'utilisation de médicament pour réduire la fièvre.

Catégorie de risque	Catégorie verte	Catégorie jaune	Catégorie orange	Catégorie rouge
Quand puis-je cesser de m'auto-isoler?		<p>Résultat négatif : Vous pouvez cesser de vous auto-isoler au moins 24 heures après que vos symptômes se soient améliorés sans l'utilisation de médicament pour réduire la fièvre.</p>	<p>Résultats négatifs : Vous pouvez cesser de vous auto-isoler quatorze (14) jours après la date de votre dernière exposition à un contact étroit ou votre retour au Canada.</p> <p>Si vous développez des symptômes suite à un résultat négatif, votre catégorie de risque change au rouge. Il est recommandé de procéder à un nouveau dépistage et vous devez suivre les consignes de la catégorie rouge.</p>	<p>Résultat négatif : Vous pouvez cesser de vous auto-isoler quatorze (14) jours après la date de votre dernière exposition à un contact étroit ou votre retour au Canada, pourvu que la fin de vos symptômes remonte à au moins 24 heures sans l'utilisation de médicament pour réduire la fièvre.</p> <p>Si vous éprouvez de nouveaux symptômes ou que les symptômes se poursuivent, il est recommandé de procéder à un nouveau dépistage.</p>
Quand les membres de mon ménage** peuvent-ils cesser de s'auto-isoler si le résultat de mon test de dépistage est négatif?		Si le résultat à votre test de dépistage est négatif , vous pouvez aviser les membres de votre ménage qu'ils peuvent cesser de s'auto-isoler.	Vous N'ÉTIEZ PAS tenu d'aviser les membres de votre ménage tant que vous n'aviez pas de symptôme.	Si le résultat de votre test de dépistage est négatif , vous pouvez aviser les membres de votre ménage qu'ils peuvent cesser de s'auto-isoler, pourvu que vous ne développiez pas de nouveaux symptômes dans les quatorze (14) jours.

**** Qui est considéré un membre du ménage?**

Les **membres du ménage** sont les personnes qui vivent avec la personne soumise à un dépistage, comme ses parents, ses frères et sœurs et ses colocataires (ci-après « vous ») ou qui lui ont prodigué des soins à domicile (bain, toilette, habillage, alimentation). Cela inclut les autres personnes qui peuvent avoir des contacts non protégés semblables avec vous (par exemple un partenaire vivant à un autre domicile ou une personne vous ayant rendu visite à l'intérieur pendant de longues périodes).

† Veuillez noter que les exigences d'auto-isolement pour les résidents d'Ottawa peuvent différer de celles en vigueur dans d'autres bureaux de santé. Voir la section [Ordonnance collective en vertu de l'article 22 – Qu'est-ce que cela signifie pour moi?](#) pour obtenir de plus amples renseignements.



Renseignements supplémentaires pour l'étape 2

Pour les parents et tuteurs d'enfants et de jeunes fréquentant une école ou une garderie :

Si votre enfant est dans la catégorie **de risque jaune** :

- Les membres du ménage de l'enfant** doivent s'auto-isoler.
- Si le résultat du test de dépistage de votre enfant est négatif, les membres du ménage peuvent cesser de s'auto-isoler. Toutefois, les symptômes de votre enfant doivent s'être améliorés depuis au moins 24 heures sans l'utilisation de médicament pour réduire la fièvre. Les symptômes de diarrhée et les vomissements doivent être résolus pour au moins 48 heures avant le retour à l'école ou la garderie.

Si votre enfant est dans la **catégorie de risque orange** :

- Les membres du ménage de l'enfant** N'ONT PAS à s'auto-isoler.
- Même si le résultat du test de dépistage de votre enfant est négatif, il doit terminer ses 14 jours d'auto-isolement avant de retourner à l'école ou la garderie, puisqu'il pourrait encore incuber une infection.

Si votre enfant est dans la **catégorie de risque rouge** :

- Les membres du ménage de l'enfant** doivent s'auto-isoler.
- Si le résultat du test de dépistage de votre enfant est négatif, les membres du ménage peuvent cesser de s'auto-isoler. Votre enfant doit terminer la période d'auto-isolement de 14 jours ET les symptômes de votre enfant doivent s'être améliorés depuis au moins 24 heures sans l'utilisation de médicament pour réduire la fièvre avant de retourner à l'école ou à la garderie. Les symptômes de diarrhée et les vomissements doivent être résolus pour au moins 48 heures avant le retour à l'école ou la garderie. Si votre enfant développe de nouveaux symptômes, ou si les symptômes ne disparaissent pas et qu'il y a un risque qu'il s'agisse de la COVID 19, il est recommandé qu'il soit de nouveau soumis à un dépistage de la COVID-19.

Aviser les membres de votre ménage

- Les membres du ménage sont les personnes qui vivent avec la personne soumise à un dépistage, comme ses parents, ses frères et sœurs et ses colocataires (ci-après « vous ») ou qui lui ont prodigué des soins à domicile (bain, toilette, habillage, alimentation). Cela inclut les autres personnes qui peuvent avoir des contacts non protégés semblables avec vous (par exemple un partenaire vivant à un autre domicile ou une personne vous ayant rendu visite à l'intérieur pendant de longues périodes).
- TOUS les membres de votre ménage doivent s'auto-isoler pendant que vous attendez le résultat de votre dépistage si vous êtes dans la catégorie de risque jaune ou dans la catégorie de risque rouge.
- Veuillez aviser les membres de votre ménage avec lesquels vous avez été en contact deux jours (48 heures) avant que vous éprouviez des symptômes jusqu'à ce que vous ayez commencé à vous auto-isoler, puisque ces personnes auraient pu être exposées à la COVID-19.
- Demandez aux membres de votre ménage de consulter la page Web de SPO sur l'auto-isolement à l'adresse SantePubliqueOttawa.ca/Auto-isolement.
 - Pendant que vous attendez le résultat de votre dépistage, les membres de votre ménage NE DOIVENT PAS retourner à la garderie, à l'école ou au travail (en personne).
 - À l'occasion, lorsqu'ils sont jugés essentiels ou irremplaçables par leur employeur, les travailleurs de la santé pourraient travailler s'ils portent un équipement de protection individuelle approprié (et faire un « auto-isolement au travail ») même si leur enfant est symptomatique et que la possibilité qu'il ait contracté la COVID-19 n'a pas encore été exclue (c. à d. que le résultat du dépistage n'a pas encore été reçu). Dans une telle situation, les travailleurs de la santé devraient demander conseil à leur Service de santé au travail pour obtenir de plus amples renseignements.



- **Les membres de votre ménage peuvent cesser de s’auto-isoler si le résultat de votre test de dépistage est négatif.** Veuillez-les en aviser.
- SPO communiquera directement avec certains membres de votre ménage **seulement** si le résultat à votre test de dépistage est positif, mais ne mentionnera pas votre nom au moment de le faire.

Remarque : Les résultats positifs sont signalés directement et confidentiellement par les laboratoires à SPO.
Remarque : Les exigences d’auto-isolement pour les résidents d’Ottawa peuvent différer de celles en vigueur dans d’autres bureaux de santé. Voir la section [Ordonnance collective en vertu de l’article 22 – Qu’est-ce que cela signifie pour moi?](#)

À propos des résultats de votre dépistage

- Pour connaître le résultat de votre dépistage de la COVID 19, veuillez consulter le site Web du gouvernement de l’Ontario à covid-19.ontario.ca/fr.
- Les personnes qui se sont soumises à un dépistage au **Centre d’évaluation pour la COVID-19 de l’Aréna Brewer** peuvent consulter leurs résultats dans MyChart à l’adresse <https://epicapps.toh.ca/mychart/> [Lien en anglais seulement].
- Les enfants et les jeunes qui se sont soumis à un dépistage au **Centre d’évaluation pour la COVID-19 du Centre hospitalier pour enfants de l’est de l’Ontario** peuvent consulter leurs résultats sur le site MyChart du Centre à l’adresse <https://mychart.kidshealthalliance.ca/mychart/> [Lien en anglais seulement].
- Les personnes testées aux **Cliniques de soins et de dépistage COVID-19 (emplacement Moodie)** peuvent obtenir leurs résultats en ligne en utilisant le portail pour les patients ConnectedCare. Si vous avez fourni votre adresse courriel en vous enregistrant en ligne vous devriez recevoir un lien pour accéder ce portail.
- Santé Publique Ottawa (SPO) assurera le suivi auprès des personnes dont le résultat au test de dépistage est positif. Une fois qu’une évaluation plus approfondie de votre cas sera effectuée, les exigences et les échéanciers en matière d’auto-isolement applicables peuvent différer de celles présentées dans ce document selon votre situation particulière, comme votre profession ou votre état de santé.
- **Remarque importante!** Ce n’est pas parce que le résultat de votre test de dépistage est négatif que vous n’êtes pas infectée par la COVID-19 : il se peut que vous en soyez aux tout premiers stades de l’infection.

Instructions pour l’auto-isolement

- Aidez à prévenir la propagation de la COVID-19 et auto-isolez-vous en restant à la maison, en évitant les contacts avec les autres et en ne sortant que pour des raisons essentielles, par exemple une urgence médicale.
- Vous **DEVEZ** vous auto-isoler à la maison et protéger les autres personnes vivant avec vous de toute exposition.
- Ne sortez pas de votre lieu d’isolement, sauf pour recevoir des soins médicaux. Portez un masque en tissu ou un masque médical quand vous sortez de chez vous pour consulter un professionnel de la santé.
- Ne sortez pas de chez vous pour faire une promenade. Restez dans un lieu privé comme votre cour-jardin ou votre balcon si vous sortez prendre l’air.



- Exception : Les membres du ménage de personnes présentant des symptômes (**catégorie de risque jaune**) qui n'ont pas de symptômes sont autorisés à faire de courtes promenades à l'extérieur, pourvu qu'ils portent un masque, respectent la distanciation physique de deux mètres et n'entrent dans aucun lieu public, comme les épiceries et les terrains de jeux.
- N'utilisez pas les transports en commun (comme les autobus et les trains). Si vous devez recevoir des soins médicaux et que vous n'avez pas de véhicule privé, utilisez les services de taxi ou de covoiturage, portez un masque, assoyez-vous sur le siège arrière du côté passager et ouvrez les fenêtres (si le temps le permet).
- Ne vous rendez pas physiquement à l'école ou au travail (suivez vos cours virtuellement ou faites du télétravail, si vous le pouvez).
- Restez dans une pièce séparée et utilisez une salle de bains distincte de celle dont se servent les autres personnes qui vivent avec vous, dans la mesure du possible.
- N'acceptez pas de visiteurs. Limitez vos contacts avec les autres, y compris les enfants, dans votre lieu d'auto-isollement.
- Lavez-vous souvent les mains avec du savon et de l'eau, puis séchez-les avec une serviette en papier ou avec une serviette en tissu que personne d'autre n'utilise.
- Tâchez de commander votre épicerie, vos médicaments ou autres articles essentiels en ligne ou par téléphone, ou de demander à vos amis, aux membres de votre famille, à vos voisins ou à quiconque n'est pas auto-isolé de vous les procurer. Faites déposer ces articles à votre porte pour réduire le plus possible les contacts.
- * *Si ce n'est pas possible, **appelez au 2 1 1 pour demander de l'information** sur l'ensemble des programmes de services communautaires, sociaux, gouvernementaux et sanitaires offerts à Ottawa et sur la marche à suivre pour y avoir accès.*
- Si vous devez être en contact avec d'autres personnes, portez un masque en tissu et respectez la distanciation physique en restant à au moins deux mètres (six pieds) les uns des autres.
- « Comment s'isoler chez soi lorsqu'on est peut-être atteint de la COVID-19 » : Des instructions ont été publiées dans plus de 20 langues sur le site canada.ca/fr/sante-publique/services/publications/maladies-et-affections/covid-19-comment-isoler-chez-soi.html.
- Pour obtenir des ressources et d'autres directives sur l'auto-isollement, visitez le site de SPO à l'adresse SantePubliqueOttawa.ca/Auto-isollement.

Instructions pour l'autosurveillance

- **Si vous êtes en détresse (grande difficulté à respirer, douleurs thoraciques, évanouissement ou aggravation considérable des symptômes d'une maladie chronique, quels qu'ils soient), rendez-vous au service d'urgence le plus proche ou appelez au 9 1 1.**
- **Catégorie de risque verte** : Surveillez l'apparition de symptômes. Si vous en développez, utilisez l'outil d'autoévaluation du gouvernement de l'Ontario pour déterminer si vous devriez à nouveau vous soumettre à un dépistage à l'adresse covid-19.ontario.ca/autoevaluation/. Comme indiqué ci-dessus, rendez-vous au service d'urgence le plus proche ou appelez au 9-1-1 si vous êtes en détresse.
- **Catégorie de risque jaune** : Communiquez avec votre fournisseur de soins de santé si vos symptômes s'aggravent ou persistent. Comme indiqué ci-dessus, rendez-vous au service d'urgence le plus proche ou appelez au 9 1 1 si vous êtes en détresse.



- **Catégorie de risque orange** : Surveillez l'apparition de symptômes. Si vous en développez, veuillez communiquer avec SPO au 613 580 6744 pour discuter des prochaines étapes, qui impliquent généralement un autre dépistage. Comme indiqué ci-dessus, rendez-vous au service d'urgence le plus proche ou appelez au 9 1 1 si vous êtes en détresse.
- **Catégorie de risque rouge** : Communiquez avec votre fournisseur de soins de santé si vos symptômes s'aggravent ou persistent. Comme indiqué ci-dessus, rendez-vous au service d'urgence le plus proche ou appelez au 9 1 1 si vous êtes en détresse.
- Si vous avez des questions, veuillez communiquer avec **Télesanté** au **1 866 797 0000** ou avec **SPO** au **613-580-6744**.

Symptômes de la COVID-19

Lorsque vous évaluez les symptômes ci-dessous, vous devriez chercher à savoir **s'ils sont nouveaux, s'ils s'aggravent ou s'ils sont différents de ceux que vous ou votre enfant avez d'habitude**. Les symptômes ne devraient pas être chroniques ou liés à d'autres causes ou problèmes de santé connus.

Type	Symptômes (nouveaux, qui s'aggravent ou qui sont différents de ceux qu'une personne a d'habitude)
Symptômes courants d'un cas modéré à grave de COVID 19	 <p>FIÈVRE Température de 37,8 °C ou 100,0 °F ou plus</p>
	 <p>TOUX (nouvelle ou qui s'aggrave) N'étant pas liée à d'autres causes ou problèmes de santé connus (p. ex. bronchopneumopathie chronique obstructive)</p>
	 <p>SOUFFLE COURT (essoufflement, sifflement, incapacité de respirer profondément) N'étant pas lié à d'autres causes ou problèmes de santé connus (p. ex. insuffisance cardiaque chronique, asthme, bronchopneumopathie chronique obstructive)</p>
Autres symptômes	 <p>MAL DE GORGE (déglutition douloureuse ou difficulté à avaler) N'étant pas lié à d'autres causes ou problèmes de santé connus (p. ex. écoulement post nasal, reflux gastro œsophagien)</p>
	 <p>RHINORRHÉE (écoulement nasal) N'étant pas liée à d'autres causes ou problèmes de santé connus (p. ex. en rentrant à l'intérieur lorsqu'il fait froid dehors, sinusite chronique dont les symptômes demeurent inchangés par rapport à la normale)</p>
	 <p>CONGESTION NASALE (nez bouché) N'étant pas liée à d'autres causes ou problèmes de santé connus (p. ex. allergies saisonnières)</p>
	 <p>NOUVEAU TROUBLE OLFACTIF OU DU GOÛT (diminution ou perte de l'odorat ou du goût) N'étant pas lié à d'autres causes ou problèmes de santé connus (p. ex. polypes nasaux, allergies, troubles neurologiques)</p>

Type	Symptômes (nouveaux, qui s'aggravent ou qui sont différents de ceux qu'une personne a d'habitude)
Autres symptômes	<div data-bbox="407 218 553 369"> </div> <div data-bbox="574 218 721 369"> </div> <p data-bbox="743 237 1094 264">NAUSÉE OU VOMISSEMENTS</p> <p data-bbox="743 273 1487 365">N'étant pas liés à d'autres causes ou problèmes de santé connus (p. ex. vomissements passagers chez les enfants causés par l'anxiété, dysfonction vestibulaire chronique)</p> <div data-bbox="407 401 553 552"> </div> <p data-bbox="583 407 711 434">DIARRHÉE</p> <p data-bbox="583 443 1487 535">N'étant pas lié à d'autres causes ou problèmes de santé connus (p. ex. syndrome du côlon irritable, maladie inflammatoire chronique de l'intestin, effets secondaires de médicaments)</p> <div data-bbox="407 569 553 720"> </div> <p data-bbox="583 575 1227 602">DOULEUR ABDOMINALE PERSISTANTE OU CONTINUE</p> <p data-bbox="583 611 1281 669">N'étant pas liée à d'autres causes ou problèmes de santé connus (p. ex. crampes menstruelles, reflux gastro œsophagien)</p>
Symptômes moins courants (atypiques)	<p data-bbox="407 743 1507 842">Il faut tenir compte des signes et symptômes atypiques de la COVID 19, principalement chez les nourrissons et les enfants, les personnes âgées et les personnes ayant un trouble du développement.</p> <div data-bbox="407 877 553 1029"> </div> <p data-bbox="578 921 699 949">FRISSONS</p> <div data-bbox="407 1050 553 1201"> </div> <p data-bbox="578 1064 1495 1092">MAL DE TÊTE nouveau et persistant, inhabituel, inexplicable ou qui perdure</p> <p data-bbox="578 1100 1520 1159">N'étant pas lié à d'autres causes ou problèmes de santé connus (p. ex. maux de tête de tension, migraines chroniques)</p> <div data-bbox="407 1213 553 1365"> </div> <p data-bbox="578 1236 773 1264">CONJONCTIVITE</p> <p data-bbox="578 1272 1471 1331">N'étant pas liée à d'autres causes ou problèmes de santé connus (p. ex. blépharite, orgelets récurrents)</p> <div data-bbox="407 1381 553 1533"> </div> <p data-bbox="578 1373 1325 1465">FATIGUE, LÉTHARGIE OU MALAISE (sentiment général de malaise, manque d'énergie, fatigue extrême) inhabituel ou inexplicable</p> <p data-bbox="578 1474 1471 1533">N'étant pas lié à d'autres causes ou problèmes de santé connus (p. ex. dépression, insomnie, problèmes de thyroïde, anémie, malignité)</p> <div data-bbox="407 1549 553 1701"> </div> <p data-bbox="578 1568 1503 1627">MYALGIE (maux et douleurs musculaires) inexplicable, inhabituelle ou persistante</p> <p data-bbox="578 1635 1503 1663">N'étant pas liée à d'autres causes ou problèmes de santé connus (p. ex. fibromyalgie)</p> <div data-bbox="407 1717 553 1869"> </div> <p data-bbox="578 1736 1037 1764">DIMINUTION OU PERTE DE L'APPÉTIT</p> <p data-bbox="578 1772 1459 1831">Chez les jeunes enfants, n'étant pas liée à d'autres causes ou conditions connues (p. ex. anxiété, constipation)</p>



Prenez aussi soin de votre santé mentale!

La pandémie de COVID 19 est nouvelle et inattendue. Cette crise peut être inquiétante, et chacun vit ces événements à sa manière. En période d'incertitude, il est tout à fait naturel d'éprouver de la tristesse, du stress, de la confusion ou de l'inquiétude. Prenez soin de votre santé mentale et demandez de l'aide si vous vous sentez dépassés.

- Si vous avez besoin d'aide, veuillez appeler la Ligne de crise en santé mentale (accessible 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7) au 613 722 6914. Si vous êtes de l'extérieur d'Ottawa, vous pouvez composer sans frais le 1 866 996 0991.
- Pour connaître les ressources en ligne dans le domaine de la santé mentale et pour de plus amples renseignements, veuillez consulter le site Web de SPO : [SantepubliqueOttawa.ca/COVIDSanteMentale](https://www.santepubliqueottawa.ca/COVIDSanteMentale).

Ordonnance collective en vertu de l'article 22 – Qu'est-ce que cela signifie pour moi?

<https://www.ottawapublichealth.ca/en/resources/2020-09-22--Class-Section-22-Order-September-22-2020-FR-2.pdf> [Ce lien vous mènera à l'ordonnance collective en vertu de l'article 22.]

L'ordonnance collective oblige les gens à rester chez eux et à s'auto-isoler jusqu'à ce qu'ils ne soient plus contagieux (qu'ils ne puissent plus transmettre leur infection à d'autres) dans le but de réduire la propagation de la COVID 19 et de protéger la santé de tous les résidents d'Ottawa. L'objectif de cette ordonnance est de donner l'autorisation de recueillir de l'information sur des situations qui pourraient entraîner la propagation de la COVID 19 et, dans de rares cas, de tenir responsables des personnes qui ignorent de façon déraisonnable les lignes directrices en matière de santé publique et qui, par le fait même, mettent consciemment les autres en danger. Une personne qui ignore consciemment cette ordonnance collective relative à l'auto-isolement peut être accusée et peut recevoir une amende pouvant atteindre 5 000 \$ par jour. L'aide de la police pourrait également être demandée.

L'ordonnance vise :

- les personnes présentant des symptômes de la COVID 19;
- les personnes ayant obtenu un résultat positif au test de dépistage de la COVID 19;
- les personnes ayant eu un contact étroit récent avec une personne ayant obtenu un résultat positif au test de dépistage de la COVID-19, ce qui comprend les soignants et les membres du ménage.

L'ordonnance ne s'applique pas :

- aux personnes qui ne répondent pas aux critères ci dessus, mais qui ont quand même été soumises à un dépistage.

Complément d'information sur la COVID-19

Pour en savoir plus sur la COVID 19 à Ottawa, notamment pour avoir accès à l'information la plus récente, veuillez consulter le site [SantepubliqueOttawa.ca/Coronavirus](https://www.santepubliqueottawa.ca/Coronavirus).

Pour obtenir de plus amples renseignements sur la COVID 19 et la situation dans les écoles, y compris pour consulter les questions fréquemment posées à l'intention des parents et des tuteurs, veuillez consulter le site [SantepubliqueOttawa.ca/EcolesCOVID-19](https://www.santepubliqueottawa.ca/EcolesCOVID-19).

Téléchargez CovidAlerte dès aujourd'hui pour arrêter la propagation et rester informé. Veuillez télécharger l'application ici : <https://covid-19.ontario.ca/fr/covidalerte>

Ce PDF est disponible en ligne à : [SantepubliqueOttawa.ca/ApresLeDepistage](https://www.santepubliqueottawa.ca/ApresLeDepistage)

