

Foire aux questions (FAQ) sur le nouveau coronavirus (COVID-19) à l'intention du public (novel Coronavirus (COVID-19) FAQs for Public)

Publication du AHS Emergency Coordination Centre (ECC, Centre de coordination des urgences de l'AHS)

RÉVISÉ le 26 juin 2020

Remarque : nous déployons tous les efforts possibles pour tenir cette FAQ à jour. Néanmoins, pour obtenir les plus récentes informations sur la situation en Alberta, veuillez visiter www.alberta.ca/covid19.

Si vous travaillez dans le secteur de la santé en Alberta, veuillez visiter www.ahs.ca/covid.

Qu'est-ce qui se passe en Alberta? (What's happening in Alberta?)

L'Alberta continue de recenser des cas de COVID-19. Pour connaître le nombre actuel de cas et obtenir des informations supplémentaires pour les Albertains, visitez : www.alberta.ca/covid19.

Qu'est-ce que le nouveau coronavirus (COVID-19)? (What is novel coronavirus (COVID-19)?)

- Les coronavirus forment une vaste famille de virus. Certains coronavirus causent des maladies respiratoires chez les êtres humains, allant des rhumes ordinaires bénins à des pneumonies graves. D'autres n'affectent que certains animaux. Il arrive rarement que des coronavirus d'origine animale infectent des personnes et encore plus rarement que ces infections se propagent ensuite de personne en personne par des contacts rapprochés.
- La COVID-19 est ce qu'on appelle un nouveau coronavirus. Les nouveaux coronavirus proviennent de nouvelles souches de virus n'ayant jamais été identifiées auparavant chez les êtres humains.
- Cela signifie que les gens n'y ont aucune immunité et qu'il n'y a aucun vaccin ou traitement en particulier.

Quels sont les symptômes de la COVID-19? (What are the symptoms of COVID-19?)

- Les symptômes les plus courants de la COVID-19 comprennent notamment :
 - Fièvre
 - Nouvelle toux ou une toux chronique qui s'aggrave
 - Essoufflement qui est nouveau ou qui empire ou difficulté à respirer
 - Maux de gorge
 - Écoulement nasal
- Les symptômes supplémentaires de la COVID-19 peuvent comprendre :
 - Congestion nasale
 - Difficultés à avaler
 - Maux de tête
 - Frissons
 - Douleurs musculaires ou articulaires
 - Malaise en général, ou nouvelle fatigue ou épuisement prononcé
 - Symptômes gastro-intestinaux (nausées, vomissements, diarrhée ou perte d'appétit inexplicée)

- Perte de l'odorat ou du goût
 - Conjonctivite
- La plupart des personnes (environ 80 %) se remettent de cette maladie sans avoir besoin de traitement spécial. Néanmoins, elle peut parfois provoquer des complications graves. Les personnes âgées et les personnes ayant d'autres problèmes médicaux ont plus de risques de développer des complications graves, notamment :
 - Difficulté à respirer
 - Pneumonie
 - Les cas les plus graves peuvent être mortels.
- Bien que nous en apprenons encore sur la COVID-19, la maladie grave semble se développer plus souvent chez les personnes plus âgées ou ayant des conditions préexistantes, notamment :
 - Hypertension artérielle
 - Maladie cardiaque et/ou pulmonaire
 - Cancer
 - Diabète

Comment la COVID-19 se propage-t-elle d'une personne à une autre? (How is COVID-19 spread from person-to-person?)

- La COVID-19 est transmise de personne à personne par :
 - Des gouttelettes, comme lorsqu'on tousse ou éternue, en parlant, en riant ou en chantant
 - En touchant des objets ou des surfaces contaminés, puis en se touchant les yeux, le nez ou la bouche.
- La COVID-19 n'est pas en suspension dans l'air et ne peut pas se propager dans l'air sur de longues distances ou pendant de longues périodes, comme la rougeole. Des études suggèrent que le virus ne survit généralement que quelques heures sur une surface, bien qu'il puisse lui être possible de survivre plusieurs jours dans des conditions idéales.
- Les personnes atteintes de la COVID-19 peuvent la transmettre à d'autres avant qu'elles ne se sentent malades ou même si elles ne développent jamais de symptômes. Cependant, le risque le plus élevé de propagation de la COVID-19 provient de personnes qui présentent des symptômes comme la toux ou un écoulement nasal.

Quelles personnes présentent le plus de risque de complications graves de la COVID-19? (Who is most at risk for becoming very sick with COVID-19?)

- Même si la plupart des personnes ayant la COVID-19 n'ont pas de symptômes graves, d'autres peuvent être très malades. Les personnes âgées et les personnes ayant des problèmes médicaux tels que l'hypertension, le diabète, une maladie cardiaque ou une maladie pulmonaire, semblent avoir plus de risques de complications graves.

Quelles recommandations s'appliquent aux personnes dont le système immunitaire est déficient, qui sont asthmatiques ou qui ont un risque élevé de complications à cause d'autres problèmes de santé? (What are your recommendations for people who are immune compromised, have asthma or at high risk of severe illness for other medical reasons?)

- Restez chez vous. C'est le bon moment pour rester chez vous et éviter les activités sociales, ainsi que les autres sorties non essentielles.
- Si vous devez sortir, assurez-vous de respecter la [distanciation sociale](#) adéquate. Portez un masque en public lorsqu'il est difficile de maintenir une distance physique de deux mètres, et ce, en tout temps. [Des masques](#) devraient être utilisés en plus d'autres mesures de santé publique pour limiter la propagation.

- Suivez les mêmes pratiques recommandées pour la protection contre toutes les maladies respiratoires :
 - [Lavez-vous les mains](#) en utilisant un désinfectant à base d'alcool ou du savon et de l'eau tiède et en frottant pendant un minimum de vingt secondes.
 - Évitez de toucher votre visage, votre nez et votre bouche sans vous être d'abord lavé les mains.
 - Évitez les contacts rapprochés avec des personnes malades.
 - Nettoyez et désinfectez les surfaces touchées fréquemment.
 - Si vous êtes malade, [couvrez votre toux et éternuez dans le creux de votre coude](#), puis lavez-vous les mains.
- Si vous devenez très malade et avez besoin d'assistance médicale immédiate, appelez le 911.

Que peut-on faire pour traiter la COVID-19? (How is COVID-19 treated?)

- La plupart des personnes atteintes d'une forme légère de cette maladie se remettent d'elles-mêmes. Bien qu'il n'existe actuellement aucun médicament spécifique pour la COVID-19, des soins de soutien sont utilisés pour traiter les personnes atteintes de la COVID-19. Les établissements de santé albertains peuvent offrir des soins efficaces aux personnes ayant des complications graves dues à la COVID-19.

Quelle est la différence entre la COVID-19 et la grippe? (What is the difference between COVID-19 and influenza?)

À certains égards, la COVID-19 est similaire à l'influenza (également connue sous le nom de grippe) :

- La COVID-19 et la grippe causent tous deux des maladies respiratoires chez les personnes qui en tombent malades.
- Les deux se propagent de la même manière, par le biais de petites gouttelettes provenant du nez et de la bouche.
- Aucun des deux ne se propage dans l'air sur de longues distances et sur de longues périodes de temps, contrairement à une maladie comme la rougeole.

Il existe quelques différences clés entre la COVID-19 et la grippe :

- Nous n'avons actuellement aucun vaccin ou traitement spécifique pour traiter la COVID-19. Un nouveau vaccin contre la grippe est développé chaque année à titre de protection contre les dernières souches grippales.
- La COVID-19 provoque une maladie grave dans un pourcentage plus élevé de cas que la grippe saisonnière. Les estimations des mortalités pour les cas de COVID-19 dépendent de beaucoup de choses, mais elles varient en moyenne entre 3 et 4 décès pour 100 personnes infectées. En comparaison, la grippe saisonnière est mortelle chez environ 1 personne sur 1 000 infectées.
- Parce que la COVID-19 peut provoquer une maladie aussi grave, il est essentiel de l'empêcher de se propager en gardant les personnes qui sont atteintes de toux ou de fièvre à la maison et loin des autres.

Existe-il un vaccin contre la COVID-19? (Are there vaccines to prevent COVID-19?)

- Pas encore. Plusieurs recherches sont actuellement en cours pour développer un vaccin, mais cela pourrait prendre un certain temps avant qu'un vaccin soit développé et approuvé pour utilisation au Canada.

Que puis-je faire pour me protéger et protéger ma famille contre la COVID-19? (How can I protect myself and my family from COVID-19?)

- Assurez-vous de respecter la [distanciation sociale](#) adéquate. Portez un masque en public lorsqu'il est difficile de maintenir une distance physique de deux mètres, et ce, en tout temps. [Des masques](#) devraient être utilisés en plus d'autres mesures de santé publique pour limiter la propagation.

- Observez les mêmes pratiques que nous recommandons pour la protection contre toutes les maladies respiratoires :
 - [Lavez-vous les mains](#) en utilisant un désinfectant à base d'alcool ou du savon et de l'eau tiède et en frottant pendant un minimum de vingt secondes.
 - Évitez de toucher votre visage, votre nez et votre bouche sans vous être d'abord lavé les mains.
 - Évitez les contacts rapprochés avec des personnes malades.
 - Nettoyez et désinfectez les surfaces touchées fréquemment.
- Si vous tombez malade, vous devez rester à la maison et remplir l'outil d'évaluation en ligne sur la COVID-19 pour voir si vous devriez faire un test de dépistage.

Dans quelles circonstances dois-je me rendre à l'hôpital? (When should I go to the hospital?)

- Si vous êtes très malade et avez besoin d'assistance médicale immédiate, appelez le 911.
- Si vous croyez avoir la COVID-19, mais n'avez pas besoin d'assistance médicale urgente, vous pouvez appeler votre médecin ou composer le 811 pour faire évaluer votre cas virtuellement et vous faire diriger vers un service approprié.

TEST POUR LA COVID-19 EN ALBERTA (COVID-19 TESTING IN ALBERTA)

Dois-je faire un test de dépistage de la COVID-19? (Should I be tested for COVID-19?)

- Le test de dépistage de la COVID-19 est maintenant offert à tous les Albertains, même s'ils ne présentent aucun symptôme.
- Effectuez l'évaluation en ligne et [réservez votre test en ligne](#) dès aujourd'hui.

Quand suis-je légalement tenu(e) de m'isoler et quand n'ai-je pas besoin de m'isoler en attendant mes résultats du test de la COVID-19? (When am I legally required to isolate and when do I not have to isolate while waiting for my COVID-19 test results?)

- Le test de la COVID-19 détecte si le virus se trouve dans votre nez ou votre gorge. Il est important que vous compreniez quoi faire en attendant les résultats de vos tests et ce que cela signifie si votre test COVID-19 est positif ou négatif :
- **Vous êtes légalement tenu(e) de vous isoler si :**
 - vous testez positif(ve) pour la COVID-19;
 - vous avez une toux, de la fièvre, un essoufflement, un écoulement nasal ou un mal de gorge qui **n'est pas lié** à une maladie ou à un état de santé préexistant;
 - vous avez été en contact avec une personne connue pour avoir contracté la COVID-19 au cours des 14 derniers jours OU
 - vous avez voyagé à l'extérieur du Canada au cours des 14 derniers jours.
- Même si vous n'êtes pas légalement tenu(e) de vous isoler, vous devez rester à la maison en cas de maladie, jusqu'à ce que les symptômes se résorbent.
- Pour obtenir de plus amples informations, consulter les [directives d'auto-isolément](#).
- **Vous n'avez pas besoin de vous isoler si :**
 - Vous ne présentez **aucun** symptôme ou maladie, et que vous n'avez **pas** été exposé(e) à une personne connue pour avoir contracté la COVID-19 et vous n'avez **pas** voyagé à l'extérieur du Canada au cours des 14 derniers jours;
 - vous attendez des résultats et vous n'aviez aucun symptôme lors du test et vous n'en avez pas en ce moment;

- vous présentez des symptômes de maladie **qui sont liés** à une maladie ou à un état de santé préexistant et qui ne sont pas nouveaux; vous avez reçu un résultat négatif au test de la COVID-19 et vous ne présentez aucun symptôme de maladie et vous n'avez eu aucun contact avec une personne atteinte de la COVID-19;
- les résultats de vos tests pour la COVID-19 se sont avérés négatifs et vous avez une toux, de la fièvre, un essoufflement, un écoulement nasal ou un mal de gorge qui **est lié** à une maladie ou à un état de santé préexistant

Je viens de recevoir un résultat positif au test de la COVID-19. Que dois-je faire? (I just received a positive COVID-19 test result. What do I do?)

- Si vous présentez ou avez présenté des symptômes et que votre résultat de test de la COVID-19 est positif, vous êtes **légalement** tenu(e) de vous [isoler](#) pendant **10 jours** à partir du moment où vos symptômes ont commencé et jusqu'à ce qu'ils disparaissent (le plus long des deux).
- Si vous n'avez présenté aucun symptôme, mais que votre test est positif, vous êtes **légalement** tenu(e) de vous [isoler](#) pendant 10 jours à compter de la date du test. Toutefois, cette date changera si vous développez des symptômes au cours de cette période de 10 jours. L'Agence de la santé publique vous donnera des instructions à suivre.
 - [S'isoler](#) aide à prévenir la propagation de la COVID-19 en réduisant les risques de propagation du virus à d'autres personnes.
 - Vous **devez** rester à la maison – ne quittez pas votre domicile et ne vous rendez pas au travail, à l'école, et n'assistez pas à des événements sociaux ou à tout autre rassemblement public, sauf si vous avez besoin d'une assistance médicale :
 - Si vous êtes très malade et avez besoin d'assistance médicale immédiate, appelez le 911. Informez votre interlocuteur que vous avez contracté la COVID-19.
 - Si vous n'avez pas besoin de soins médicaux urgents, vous pouvez appeler votre fournisseur de soins de santé primaires ou le 811 pour une évaluation de santé virtuelle.
 - Évitez les contacts étroits avec d'autres personnes, y compris les membres de votre ménage, et en particulier les personnes âgées et les personnes souffrant de maladies chroniques ou ayant un système immunitaire compromis.
 - Lavez-vous les mains souvent et soigneusement, couvrez-vous la bouche et le nez lorsque vous toussiez et éternuez, évitez de partager les articles ménagers et nettoyez et désinfectez les surfaces fréquemment touchées et partagées.
 - L'Agence de la santé publique communiquera avec vous pour vous fournir des informations et des instructions.

Je viens de recevoir un résultat négatif au test de la COVID-19. Que dois-je faire? (I just received a negative COVID-19 test result. What do I do?)

- Si vous ne présentez **pas** de symptômes de maladie ET que vous n'êtes **pas** entré(e) en contact avec un cas connu de COVID-19 OU que vous ne revenez **pas** d'un voyage en dehors du Canada au cours des 14 derniers jours, vous n'avez pas besoin de vous [isoler](#). Continuez à suivre les mesures de bonne étiquette respiratoire et d'hygiène des mains, et pratiquez la [distanciation physique](#).
- Si votre test est négatif, mais que vous avez été en contact avec une personne dont le test de dépistage de la COVID-19 est positif ou que vous revenez d'un voyage à l'extérieur du Canada, vous devez quand même vous [isoler](#) pour la période totale de 14 jours suivant votre dernier contact avec la personne ayant reçu un résultat positif, ou à partir du jour de votre retour au Canada.
- N'oubliez pas : le résultat de votre test ne concerne que ce moment précis. Il ne vous dit pas si vous avez déjà contracté la COVID-19, ni si vous la contracterez à l'avenir. Vous devrez continuer de suivre toutes les mesures de santé publique, notamment [la distanciation sociale](#) et l'hygiène des mains, même si votre test est négatif.

- Si vous développez de nouveaux symptômes, [isolez-vous](#) et passez [l'auto-évaluation de la COVID-19](#) en ligne ou appelez Health Link en composant le 811 pour obtenir des conseils supplémentaires.

Que révèle les résultats des tests des Albertains asymptomatiques? (What does the testing of asymptomatic Albertans reveal?)

- Le test ne peut déterminer si une personne a contracté la COVID-19 au moment du test, même si elle est asymptomatique. Les tests ne peuvent pas déterminer de manière fiable si quelqu'un a déjà contracté la COVID-19. Ils ne peuvent pas non plus évaluer l'immunité à la COVID-19. Les résultats seront fournis, par téléphone, dans les quelques jours suivant le test. Veuillez noter que toute personne asymptomatique lors du test et dont le test de la COVID-19 est positif est légalement tenue de s'isoler pendant 10 jours après le prélèvement de l'écouvillon. Les contacts étroits des personnes dont les résultats des tests sont positifs devront également s'isoler. AHS effectuera le suivi de santé publique de tous les cas et de leurs contacts étroits.

Que dois-je faire si je présente des symptômes et si je pense avoir la COVID-19? (What should I do if I have symptoms and think I have COVID-19?)

- Vous DEVEZ vous [isoler](#).
- Visitez www.ahs.ca/covid pour prendre rendez-vous afin de recevoir un test de dépistage pour la COVID-19. Si l'utilisation d'Internet n'est pas une option, composez le [811](#) pour prendre un rendez-vous en ligne pour les personnes qui souhaitent se faire tester.
- Avant de vous rendre à l'hôpital, au cabinet d'un médecin, dans un laboratoire médical ou dans un établissement de santé, vous devez d'abord appeler votre médecin ou composer le 811 (Health Link).
 - Si vous avez besoin d'assistance médicale immédiate, appelez le 911. Informez votre interlocuteur que vous avez peut-être la COVID-19.
 - Si vous n'avez pas besoin de soins médicaux urgents, vous pouvez appeler votre fournisseur de soins de santé primaires ou composer le 811 pour une évaluation de santé virtuelle et vous faire diriger vers un service approprié.

Les critères pour subir un test de dépistage de la COVID-19 ont-ils changé? (Did the criteria for COVID-19 testing change?)

AHS continue de réviser les critères de test en Alberta pour refléter l'amélioration de la capacité de test en laboratoire et l'évolution du contexte de la pandémie de la COVID-19. Ces catégories continueront de changer dans les semaines et les mois à venir à mesure que la pandémie évoluera.

- En vigueur depuis le 29 mai, tous les Albertains sont admissibles au test de dépistage de la COVID-19, qu'ils soient symptomatiques ou non. Les tests seront sur rendez-vous, dont la réservation peut facilement être effectuée en ligne en visitant www.ahs.ca/covid. Si l'utilisation d'Internet n'est pas une option, composez le [811](#) pour prendre un rendez-vous en ligne pour les personnes qui souhaitent se faire tester.
- Cela signifie que les résidents de toutes les zones de l'Alberta présentant des symptômes ou non sont maintenant admissibles au dépistage.
 - On peut continuer à utiliser [l'outil d'évaluation en ligne](#) qui a été mis au point pour le public.
- Veuillez noter que toute personne ayant une toux, de la fièvre, un essoufflement, de la difficulté à respirer, un écoulement nasal ou un mal de gorge qui n'est pas lié à une maladie ou à un état de santé préexistant est légalement tenu(e) de [s'isoler](#). Ces personnes SONT toutefois autorisées à quitter leur domicile pour se soumettre à des tests, conformément aux [directives](#) énoncées dans le mémo

d'exemption des personnes mises en quarantaine et isolées qui nécessitent des tests de la COVID-19 ou des soins intensifs pour des conditions médicales préexistantes ou des soins d'urgence.

Pourquoi les critères de dépistage ont-ils été modifiés par l'AHS? (Why did AHS change the testing criteria?)

- Cette expansion du dépistage nous fournira une idée plus claire de l'efficacité des mesures de santé publique visant à contenir la COVID-19. Ces informations sont importantes pour aider à guider les progrès futurs dans la relance de l'Alberta.
- Ces catégories continueront de changer dans les semaines et les mois à venir pour refléter l'évolution de la pandémie.

Si je dois subir un test, puis-je recevoir mes résultats par composeur automatique? (If I require testing, can I receive my results by autodialer?)

- Tous les Albertains qui sont testés pour la COVID-19 ont l'option de recevoir leurs résultats de test négatifs pour la COVID-19 par téléphone par le biais d'un système de composition automatique. Les personnes testées pour la COVID-19 auront la possibilité de consentir à la méthode du composeur automatique pour recevoir des résultats de test pour la COVID-19 négatifs au moment de prendre rendez-vous en ligne ou au moment où elles sont référées pour le dépistage.
- Toutes les personnes dont les résultats de test pour la COVID-19 sont positifs seront contactées par un membre de l'équipe de la santé publique de l'AHS pour un suivi et la gestion du cas. AHS ne fournira pas de résultats positifs par message automatisé.
- Si vous avez consenti à recevoir vos résultats négatifs par le biais d'un composeur automatique, vous obtiendrez vos résultats négatifs par appel téléphonique automatisé.
- Si le composeur automatique ne vous rejoint pas et que vous n'avez pas de messagerie vocale, ou si vous n'avez pas consenti à recevoir vos résultats négatifs par le biais du composeur automatique, quelqu'un d'AHS tentera de vous appeler directement pour s'assurer que vous obteniez vos résultats de test négatifs.
- Si le composeur automatique n'a pas pu vous joindre après sept jours à compter de la première tentative, vous pourrez accéder à vos résultats sur le site [MyHealthRecords](#) ou consultez votre médecin de famille pour obtenir vos résultats.
- Veuillez noter : pour obtenir les résultats de votre test, vous devrez désactiver tous les paramètres de blocage des appels anonymes sur votre téléphone afin que l'appel du composeur automatique puisse vous rejoindre. En attendant les résultats de votre test, veuillez également vous assurer de répondre à tous les appels anonymes ou aux appels provenant de numéros que vous ne reconnaissez pas.
- Enfin, veuillez noter que si plusieurs personnes de votre domicile sont testées et que le même numéro de téléphone est utilisé pour chaque personne, quelqu'un d'AHS vous appellera avec les résultats au lieu d'utiliser le composeur automatique.

Quel est le processus de l'AHS à la suite d'un cas confirmé de la COVID-19? (What is AHS' process following a confirmed case of COVID-19?)

- Lorsqu'un cas de la COVID-19 est confirmé au moyen d'un test en laboratoire, l'équipe du service de santé publique de l'AHS communique avec l'individu et lui fournit des directives sur la façon de s'isoler. La santé publique collabore également avec la personne pour déterminer avec qui elle a été en contact depuis le début de ses symptômes.
- L'AHS communique ensuite directement avec toute personne considérée comme ayant été exposée aux cas confirmés. On demande à ces personnes de s'isoler et de subir un test pour la COVID-19. C'est ce que l'on appelle la recherche des contacts et cela est réalisé en réponse à chaque cas de la COVID-19 que nous avons confirmé par un test en laboratoire.

- Seules les personnes contactées directement par l'AHS sont considérées comme ayant été exposées à un cas. Si l'AHS ne communique pas directement avec vous, on considère que vous n'avez pas subi d'exposition.
- Pour protéger la vie privée des patients, aucune donnée n'est fournie au sujet d'un patient dont le cas de la COVID-19 a été confirmé.
- Si votre exposition à un cas de COVID-19 est confirmée, l'AHS communiquera directement avec vous.

ÉQUIPEMENT DE PROTECTION INDIVIDUELLE (ÉPI) (PERSONAL PROTECTIVE EQUIPMENT (PPE))

J'ai peur d'attraper la COVID-19. Est-ce que je devrais porter des gants à l'extérieur de ma maison ou dans les endroits publics? (I am worried about catching COVID-19. Should I wear gloves when outside of my house or in public places?)

- Les gants médicaux sont une composante très importante de l'équipement de protection individuelle (EPI) pour les travailleurs de la santé. Cependant, les membres du grand public n'ont pas à porter des gants pendant leurs activités quotidiennes, comme lorsqu'ils font leurs courses.
- Les gants peuvent créer un faux sentiment de sécurité. S'ils ne sont pas utilisés et éliminés de façon appropriée, le port de gants peut fournir une autre surface sur laquelle le virus peut survivre en encourageant potentiellement la transmission du virus.
- Les gants ne remplacent en aucun cas une bonne hygiène des mains.
- Nous recommandons le [lavage fréquent et minutieux des mains](#) (à l'eau et au savon pendant 20 secondes) ou l'hygiène des mains avec un désinfectant pour les mains à base d'alcool si les mains ne sont pas visiblement sales, et de vous couvrir la bouche pour tousser ou éternuer. Évitez de toucher votre visage, votre nez et votre bouche, que vous portiez des gants ou non. Il s'agit des meilleurs moyens d'éviter la propagation de maladies respiratoires.
- Pour ceux et celles qui choisissent de porter des gants, vous devez le faire de façon appropriée :
 - Toujours se laver ou se désinfecter les mains avant de mettre des gants et après les avoir enlevés.
 - Les gants doivent être changés lorsqu'ils sont sales ou déchirés.
 - Les masques en tissu doivent seulement être portés pour une courte durée, car il y a des indications voulant qu'ils puissent retenir des particules de virus une fois qu'ils sont humides, ce qui pourrait faire courir un plus grand risque à l'utilisateur.
 - Les gants jetables doivent être jetés et ne doivent pas être réutilisés une fois qu'ils ont été enlevés.
 - Les gants réutilisables doivent être nettoyés et désinfectés après chaque utilisation.

J'ai peur d'attraper la COVID-19. Dois-je porter un masque si je dois quitter ma maison ou lorsque je me trouve dans un endroit public? (I am worried about catching COVID-19. Should I wear a mask if I have to leave my house or when in public?)

- On encourage les Albertains à porter un masque en public lorsqu'il est difficile de maintenir une distance physique de deux mètres, et ce, en tout temps.
- Il n'a pas été démontré que le port d'un masque non médical, comme un masque en tissu fait à la maison, protège la personne qui le porte.
- Cependant, le port d'un masque peut contribuer à protéger les personnes autour de vous.
- Cela est dû au fait que se couvrir le visage est une autre façon de couvrir votre bouche et votre nez pour empêcher des gouttelettes de salive de contaminer d'autres personnes ou surfaces.
- De plus, le port d'un masque peut vous empêcher de toucher votre nez et votre bouche.

Si vous choisissez de porter un masque ou de couvrir votre visage :

- Assurez-vous que votre masque est bien ajusté et qu'il n'est pas ouvert sur les côtés.

- Sachez que les masques peuvent devenir contaminés à l'extérieur. Évitez de déplacer ou d'ajuster le masque. Présumez que le masque a été contaminé et prenez les précautions nécessaires.
- Si vous portez un masque, vous devez vous laver les mains avant de le mettre et vous devez également vous laver les mains après l'avoir enlevé.
- Si le masque devient humide, il doit être changé et remplacé ou retiré, car il pourrait conserver les particules virales.
- Pour ceux et celles qui choisissent de porter un masque, il peut être prudent de porter un sac contenant plusieurs masques propres, de même qu'un sac en plastique qui peut être utilisé pour garder les masques utilisés en toute sécurité jusqu'à ce qu'ils puissent être lavés à la maison.
- Il est essentiel que les masques utilisés soient manipulés avec soin pour éviter de transmettre l'infection aux autres.

Pour éviter la propagation des maladies respiratoires, le meilleur moyen consiste à respecter les mesures de [distanciation physique](#), de se laver fréquemment et minutieusement les mains, se couvrir la bouche pour tousser et éternuer, ainsi qu'éviter de se toucher le visage, le nez et la bouche.

Je comprends que le gouvernement de l'Alberta distribuera des masques à tous les Albertains. Où et quand puis-je m'en procurer un? Porter un masque sera-t-il obligatoire? (I understand that the Government of Alberta will be handing out masks to all Albertans. Where and when can I get one? Is masking going to be mandatory?)

- Le 29 mai, le ministre de la Santé, Tyler Shandro, a annoncé la première ronde de distribution de masques lors de laquelle [20 millions de masques](#) ont été distribués gratuitement aux Albertains, dans les restaurants A&W, McDonald's et Tim Hortons à travers la province. Le gouvernement travaille également avec les municipalités, les communautés des Premières nations, les établissements métis et les agences locales pour distribuer des masques à ceux qui en ont besoin, y compris ceux qui dépendent du transport en commun. Une autre tournée de distribution aux restaurants partenaires est prévue à la mi-juillet.
- Cette initiative fait partie de la [stratégie de relance de l'Alberta](#), reconnaissant qu'à mesure que les entreprises et autres activités rouvrent, les Albertains peuvent se retrouver dans des situations où il est difficile de maintenir une distance de deux mètres. Chaque Albertain est admissible à recevoir un paquet de quatre masques dont la distribution repose sur un régime de confiance.
- Bien que l'utilisation de masques ne soit pas obligatoire, le gouvernement souhaite donner des masques aux Albertains pour ajouter à leur approvisionnement en masques et aider à familiariser la société avec l'idée du port de masques.
- Des masques sont également disponibles en appelant le 211.

PRENDRE SOIN DE SOI-MÊME OU D'UN ÊTRE CHER ATTEINT DE LA COVID-19 (CARING FOR YOURSELF OR LOVED ONES WITH COVID-19)

J'habite avec une personne qui a attrapé la COVID-19 ou qui a été testée pour la COVID-19. Comment puis-je m'occuper de cette personne tout en me protégeant? (My loved one has or is being tested for COVID-19 and we live in the same house. How can I take care of them and not get sick myself?)

- Si vous le pouvez, essayez de faire en sorte que la personne malade ait sa propre chambre et sa propre salle de bain réservée.
- Dans la mesure du possible, maintenez une distance physique avec la personne malade.
- N'acceptez aucune visite à votre domicile.
- Ne laissez pas la personne malade préparer des repas pour d'autres personnes et assurez-vous que la personne malade utilise un autre espace repas ou qu'elle prépare au moins ses repas à des heures différentes des autres personnes et qu'elle lave toutes les surfaces après avoir terminé.

- Évitez de partager des objets du foyer comme des plats, des verres ou des tasses, des couverts, des serviettes et des oreillers.
- Lavez fréquemment vos mains avec du savon et de l'eau chaude.
- Désinfectez fréquemment toutes les surfaces, particulièrement les rampes d'escalier, les poignées de porte, les robinets, les toilettes et les autres objets que l'on touche souvent.
- Demandez à la personne malade de tousser ou d'éternuer dans le creux de son coude, non pas dans sa main, et de suivre la bonne étiquette respiratoire en tout temps.
- Surveillez votre état. Si vous développez des symptômes, appelez Health Link au 811 ou votre médecin pour obtenir une évaluation et obtenir des conseils. Vous pouvez également prendre rendez-vous en ligne pour être testé(e).

Que signifie l'isolement? (What does isolation mean?)

L'isolement signifie que vous devez éviter les situations et les lieux où vous pourriez être en contact avec d'autres personnes et les infecter. Cela comprend les rassemblements sociaux ou religieux, les milieux de travail, les écoles, les garderies, les événements sportifs, les universités, les établissements de santé, les épiceries, les restaurants, les centres commerciaux et tous les lieux publics.

- Vous devez éviter, si possible, les transports publics, incluant les autobus, les taxis et les services de covoiturage.
- Dans la mesure du possible, vous devez éviter d'être en contact avec les gens.
- Vous devez éviter de recevoir des visiteurs chez vous, mais vous pouvez demander à des amis, à votre famille et à des livreurs de déposer de la nourriture sur le pas de votre porte.
- Vous pouvez aussi utiliser des services de livraison et de courses pour vos besoins essentiels, notamment pour votre épicerie.
- Évitez de partager avec les personnes qui habitent avec vous des objets d'intérieur tels que la vaisselle, les verres, les ustensiles, les serviettes et les oreillers. Après avoir utilisé ces objets, vous devez les laver soigneusement avec de l'eau et du savon, les placer dans le lave-vaisselle ou les mettre dans la machine à laver, selon le cas.
- Lavez-vous régulièrement les mains avec de l'eau et du savon, puis assurez-vous de nettoyer et désinfecter fréquemment les surfaces partagées ou souvent touchées, comme les poignées de porte et les comptoirs.
- Si vous devez quitter votre domicile pour un déplacement urgent, notamment pour acheter un médicament essentiel, portez un masque durant votre sortie, par mesure de précaution.
- Durant tout ce temps, il est important de rester à l'affût de symptômes tels que la fièvre ou la toux.
- Si vous développez des symptômes, vous pouvez répondre au questionnaire d'évaluation en ligne pour obtenir des conseils supplémentaires ou appeler Health Link au 811.

Je n'ai pas de symptôme, mais j'ai peur de la COVID-19 et j'aimerais en parler à quelqu'un. Puis-je appeler Health Link? (I am not having symptoms, but I'm concerned about COVID-19 and want to talk to someone. Should I call Health Link?)

Si vous avez des questions générales sur la COVID-19, sur les modes de propagation de la maladie, sur les nombres de cas en Alberta et dans le monde, veuillez consulter les sites Web ci-dessous. Vous pouvez appeler Health Link au 811 si vous avez d'autres questions sur ce que vous pouvez faire pour vous protéger et protéger votre famille contre la COVID-19.

- Alberta Health : alberta.ca/covid19
- Agence de la santé publique du Canada : canada.ca
- Organisation mondiale de la Santé : who.int

STRATÉGIE DE RELANCE DE L'ALBERTA (ALBERTA'S RELAUNCH STRATEGY)

Quelles restrictions restent en place lors des rassemblements en groupe? (What restrictions remain in place when gathering in groups?)

L'Alberta se trouve actuellement à [l'étape 2](#) de notre stratégie de relance qui a été lancée le 12 juin. À [l'étape 2](#) de la stratégie de relance, les Albertains peuvent profiter de plus d'activités intérieures et extérieures, tout en respectant les ordonnances de santé publique concernant la taille des rassemblements et la distanciation physique.

Les mesures suivantes seront maintenues en place afin de protéger la santé des Albertains et limiter la propagation de la COVID-19 pendant [l'étape 2](#):

- Un maximum de 50 personnes pour les rassemblements sociaux à l'intérieur comprenant réceptions de mariage et funérailles, des fêtes d'anniversaire.
- Un maximum de 100 personnes pour les événements en plein air et les événements intérieurs assis, , comprenant les cérémonies de mariage, les services funéraires, les salles de cinéma, les spectacles artistiques et culturels et tout autre événement où les gens demeurent assis.
- Il n'y a pas de limite au nombre de personnes assistant aux réunions de culte, dans les restaurants, cafés, salons, bars, ainsi que dans les casinos et salles de bingo, à condition que des mesures de santé publique soient en place.
- Les ménages peuvent augmenter leurs interactions étroites avec d'autres ménages jusqu'à un maximum de 15 personnes.
- Des informations supplémentaires sont disponibles en consultant [Alberta.ca/covid19](https://alberta.ca/covid19).

Quelles entreprises ont été autorisées à rouvrir? (What businesses have been permitted to re-launch?)

La deuxième étape comprend une réouverture plus poussée des entreprises et des services tout en garantissant à la fois l'observance de la distanciation physique et des directives de santé publique. Celles-ci comprennent notamment :

- [Écoles, de la maternelle à la 12e année](#), pour les examens au niveau du diplôme demandés et l'école d'été, en suivant les directives
- Bibliothèques
- [Plus de types de chirurgies](#)
- Services de mieux-être, comme la massothérapie, l'acupuncture et la réflexologie
- Services personnels (soins esthétique, soins cosmétiques, soins de la peau et du corps, manucure, pédicure, épilation à la cire, soins du visage, bronzage artificiel)
- Salles de cinéma et de théâtre
- Salles communautaires
- Sports d'équipe
- Loisirs intérieurs, remise en forme et sports, y compris les gymnases et les arénas
- Piscines pour la natation de loisir
- Terminaux de loterie vidéo (VLT) dans les restaurants et les bars
- Salles de bingo et casinos, à l'exception des jeux de table
- Concerts instrumentaux
- Terrains de camping provinciaux à pleine capacité

[L'étape 1](#) a été lancée en Alberta le 14 mai, à l'exception des villes de Calgary et de Brooks, qui ont graduellement rejoint le reste de l'Alberta à l'étape 1 en date du 1er juin. La première étape de la relance de

L'Alberta a permis à certaines entreprises de reprendre leurs activités avec des mesures de prévention et de contrôle optimisées des infections, notamment :

- Commerce de détail, y compris les magasins de vêtements, de meubles et de livres
- Vendeurs de marché de producteurs
- Salons de coiffure et barbiers
- Les cafés, restaurants, pubs et bars peuvent rouvrir pour un service à table à 50 % de leur capacité
- Musées et galeries d'art
- Garderies et services de garde extrascolaires, avec limites d'occupation
- Certaines chirurgies planifiées et non urgentes reprendront progressivement

Pour plus d'informations sur la stratégie de relance de l'Alberta : <https://www.alberta.ca/alberta-relaunch-strategy.aspx>

Quels types de rassemblements ne sont toujours pas approuvés à l'étape deux? (What types of gatherings are still not approved in stage two?)

- Réunions sociales qui dépassent le maximum indiqué ci-dessus
- Classes régulières à l'école de la maternelle à la 12e année – les cours pourraient reprendre en septembre 2020
- Concerts vocaux (car le chant présente un risque de transmission plus élevé)
- Grands festivals et concerts, grandes conférences, salons et événements (car ce sont des événements sociaux non assis et/ou des concerts vocaux)
- Boîtes de nuit
- Parcs d'attractions
- Aire de jeux intérieure pour enfants
- Salons de narguilé (autorisé pour consommation de nourriture et de boissons uniquement)
- Grands événements et tournois sportifs
- Les [déplacements non essentiels](#) à l'extérieur de la province ne sont pas recommandés

Que surveillera le gouvernement albertain alors que nous progressons dans la stratégie de relance en Alberta? (What will the Alberta Government be watching for as we move forward with the relaunch strategy in Alberta?)

- La stratégie de relance dépend de la bonne surveillance du système de santé, en portant une attention particulière aux hospitalisations en raison de la COVID-19 et aux admissions à l'unité de soins intensifs tout au long de cette période. [Les cas confirmés et les taux de nouvelles infections](#) seront surveillés de façon continue pour offrir une réponse de façon proactive dans quelques régions de la province. Les décisions seront appliquées aux niveaux provincial et local, le cas échéant. Bien qu'on assouplisse progressivement les restrictions à travers la province, une épidémie peut signifier qu'elles doivent être renforcées temporairement dans une certaine zone.
- À chaque étape de la relance, nous devons continuer à mettre en pratique les recommandations de santé, notamment se laver les mains, rester à la maison en cas de maladie et observer la distance physique.

OPÉRATIONS DE L'AHS (AHS' OPERATIONS)

L'AHS a-t-elle commencé à reprendre ses activités normales ou à effectuer des chirurgies, des procédures, des examens et des rendez-vous planifiés? (Has AHS begun to resume normal operations or performing scheduled surgeries, procedures, exams and appointments?)

- En réponse à la pandémie de la COVID-19, l'AHS avait retardé toutes les activités chirurgicales planifiées non urgentes dans toute la province de l'Alberta. Le 4 mai, l'AHS a repris les chirurgies et les procédures de jour non urgentes, y compris les cataractes, les procédures gynécologiques, les chirurgies d'un jour générales, les chirurgies du nez, la chirurgie plastique reconstructive et les procédures vasculaires et urologiques. En date de la semaine du 11 mai, l'AHS et Covenant Health ont également repris certains services de soins ambulatoires et d'imagerie diagnostique (ID). Le 22 mai, le gouvernement de l'Alberta a annoncé [le plan de l'AHS](#) consistant à élargir la reprise des chirurgies pour inclure les chirurgies d'un jour et celles nécessitant des séjours comprenant des nuitées et de courts séjours.

Comment l'AHS décidera-t-elle quelles chirurgies, procédures et quels examens et rendez-vous auront lieu? (How will AHS decide which surgeries, procedures, exams and appointments will proceed?)

- L'AHS continuera à maintenir un bon équilibre pour la sécurité des patients et du personnel tout en reprenant les services à l'intention des Albertains en attente de soins. Les décisions concernant quels services reprendront sont basées sur les besoins cliniques. Les personnes qui en ont le plus de besoin et celles qui attendent depuis le plus longtemps auront la priorité. Ces décisions sont prises dans chaque zone et sont également basées sur la réponse à la pandémie dans différentes parties de la province. L'AHS contactera directement les patients pour replanifier leurs procédures.

VISITE D'UN ÊTRE CHER DANS UN ÉTABLISSEMENT DE L'AHS (VISITING LOVED ONES AT AN AHS FACILITY)

Puis-je aller avec un proche aux Soins d'urgence ou au Service des urgences? (Can I go with a loved one to Urgent Care or to the Emergency Department?)

- Oui. Dans les cliniques ambulatoires, y compris les services des urgences/soins d'urgence, les patients peuvent désigner un membre de la famille/une personne de soutien pour les accompagner. Toutes les personnes de soutien doivent avoir plus de 14 ans pour les visites à la clinique pour adultes. Si vous visitez l'hôpital pour enfants de l'Alberta ou l'hôpital pour enfants Stollery, la famille ou la personne de soutien désignée doit être âgée de 18 ans ou plus.

Puis-je rendre visite à un proche à l'hôpital (Can I visit a loved one in hospital?)

- Les patients hospitalisés peuvent désigner deux membres de famille/personnes qui sont autorisées si la pièce est suffisamment grande pour maintenir une distance physique. Il existe quelques exceptions, notamment :
 - **Maternité et post-partum** : en consultation avec le gestionnaire de l'unité/l'infirmière sur une base au cas par cas, d'autres personnes de soutien (p. ex., parent de substitution ou doula) peuvent être autorisées en plus des deux membres de la famille/personnes de soutien désignés. Les membres de famille/personnes désignés au service de maternité doivent être âgés de 14 ans ou plus.
 - **Services pédiatriques** : deux parents peuvent être des membres de familles/personnes de soutien désignés. Les enfants de moins de 18 ans ne sont pas autorisés à effectuer de visites, et ce, en aucun moment.
 - **Adultes présentant un handicap** : en consultation avec le gestionnaire de l'unité et au cas par cas, d'autres personnes de soutien peuvent être autorisées en plus des deux membres de la famille/personnes de soutien désignés.
 - **Situations de fin de vie** : deux membres de la famille/personnes de soutien désignés à la fois peuvent être présents si la pièce est suffisamment grande pour maintenir une distance physique entre les individus. Le médecin traitant, en consultation avec le gestionnaire de l'unité/l'infirmier-chef, détermine si l'état du patient est considéré comme étant en [fin de vie](#).

- Pour obtenir de plus amples renseignements sur les visites : <https://www.albertahealthservices.ca/topics/Page17001.aspx>

Puis-je visiter quelqu'un dans un établissement de soins longue durée, d'aide à la vie autonome ou d'habitation collective? (Can I visit a resident in long term care, supportive living or congregate living?)

- Les résidents de ces endroits sont plus à risque s'ils sont exposés à la COVID-19, des restrictions strictes sont donc nécessaires
- Les sites peuvent permettre à un visiteur essentiel désigné de répondre à des besoins en soins qui ne peuvent pas être satisfaits sans leur aide, ou de soutenir la qualité de vie.
- Les visites à l'extérieur peuvent être autorisées pour les résidents qui ne sont pas en isolement si toutes [les précautions appropriées](#) sont prises, y compris la [distanciation physique](#) et l'exigence que tous les visiteurs portent un masque ou un couvre-visage.
- Pour obtenir de plus amples informations, consultez [Family Support and Visitation of Patients and Residents \(Soutien familial et visite des patients et des résidents\)](#)

VOYAGES : (TRAVEL:)

Que dois-je faire si je reviens en Alberta d'un voyage à l'extérieur du Canada? (What do I do if I am returning to Alberta from outside of Canada?)

Le gouvernement du Canada a mis en place une quarantaine obligatoire de 14 jours, en vertu de la [Loi sur la mise en quarantaine](#), pour les voyageurs de retour au Canada.

- Tous les voyageurs qui sont revenus en Alberta depuis l'étranger au cours des 14 derniers jours doivent [s'isoler](#) immédiatement pendant 14 jours à compter de la date de leur retour et surveiller l'apparition de [symptômes](#). Si vous êtes en quarantaine parce que vous êtes revenu(e) récemment de l'étranger, ou si vous êtes en étroit contact avec un cas confirmé de la COVID-19, vous devez rester dans votre résidence.
- Vous devez également prendre des dispositions sécuritaires pour être testé(e) pour la COVID-19.
- Vous ne devriez pas quitter votre propriété pendant les 14 jours d'auto-isolement, sauf si vous avez pris des dispositions sécuritaires pour être testé(e) ou si vous avez besoin de soins médicaux urgents.
 - Si vous présentez des symptômes et avez besoin d'assistance médicale immédiate, appelez le 911. Informez votre interlocuteur que vous avez peut-être la COVID-19.
 - Si vous présentez des symptômes et n'avez pas besoin de soins médicaux urgents, vous pouvez appeler votre fournisseur de soins de santé primaires ou composer le 811 pour une évaluation de santé virtuelle et vous faire diriger vers un service approprié.

Pour obtenir de plus amples informations : <https://www.alberta.ca/covid-19-travel-advice.aspx>

Suis-je autorisé(e) à voyager à l'extérieur de la province? (Am I allowed to travel outside the province?)

- Il est permis de voyager de façon responsable en Alberta, y compris dans les résidences de vacances, les chalets, les cabines, les hôtels et les logements commerciaux, les terrains de camping, les parcs nationaux et provinciaux. Les restrictions en matière de distanciation physiques et de rassemblement s'appliquent toujours.
- Les déplacements non essentiels à l'extérieur de la province ne sont pas recommandés. La [frontière canado-américaine](#) demeure également fermée aux voyages non-essentiels. Pour obtenir de plus amples

informations sur les restrictions de voyage actuelles consultez : <https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/maladies/2019-nouveau-coronavirus/derniers-conseils-sante-voyageurs.html>

APPLICATION POUR LA COVID-19 (COVID-19 APP)

Existe-il une application qui peut m'informer si j'ai été exposé(e) à la COVID-19? (Is there an app that can let me know if I've been exposed to COVID-19?)

- ABTraceTogether est une application de suivi mobile qui peut aider à déterminer si vous avez été exposé(e) à la COVID-19 ou si vous avez exposé d'autres personnes au virus. ABTraceTogether utilise la fonction Bluetooth de votre téléphone pour garder un journal anonyme des autres utilisateurs de l'application avec lesquels vous avez été en contact étroit. Pour obtenir de plus amples informations : <https://www.alberta.ca/ab-trace-together.aspx>