



Le 21 mars 2020

RE : Guide COVID-19 pour les immeubles à logements multiples

Qu'est-ce que COVID-19?

Le nouveau coronavirus (COVID-19) est connu pour provoquer une infection du système respiratoire. Les personnes infectées par COVID-19 peuvent n'avoir que peu ou pas de symptômes ou ne pas savoir qu'elles en ont parce qu'elles sont semblables à un rhume ou à une grippe. Les symptômes comprennent la fièvre, la toux, les difficultés respiratoires et la pneumonie et peuvent prendre jusqu'à 14 jours pour apparaître après l'exposition au COVID-19.

Les données actuelles montrent que le virus COVID-19 se propage de personne à personne par contact direct ou sur de courtes distances par des gouttelettes qui tombent rapidement au sol et ne restent pas en suspension dans l'air. Cela comprend les cas où une personne infectée tousse ou éternue, et les contacts personnels prolongés, comme le toucher ou la poignée de main. Une contamination temporaire des surfaces peut se produire à partir de ces gouttelettes ou des mains contaminées. À l'heure actuelle, rien ne prouve que la transmission de COVID-19 par les systèmes de ventilation ait lieu.

Il est important de reconnaître que la situation de COVID-19 évolue très rapidement. Veuillez consulter le site SantePubliqueOttawa.ca/CoronavirusFR pour vous tenir au courant des dernières informations.

Réduire la propagation de la COVID-19

Nous avons tous un rôle à jouer dans la réduction de la propagation de COVID-19. Santé publique Ottawa (SPO) recommande à chacun de prendre les mesures suivantes :

Réduire la propagation des germes, y compris la grippe et COVID-19 :

- Lavez-vous souvent les mains à l'eau et au savon ou utilisez un désinfectant pour les mains.
- Évitez de vous toucher les yeux, le nez et la bouche, à moins que vous ne veniez de vous laver les mains.

- Couvrez votre toux et éternuez avec un mouchoir en papier ou dans votre bras, et non dans votre main.

Même si vous n'avez pas de symptômes, il est recommandé de vous isoler pendant 14 jours si :

- Vous avez **voyagé à l'étranger** (y compris aux États-Unis d'Amérique).
- Vous vivez avec une personne qui a des symptômes, vous lui avez prodigué des soins ou vous avez passé beaucoup de temps avec elle :
 - a été diagnostiqué positif à la COVID-19, OU est soupçonné d'avoir la COVID-19, OU qui présente des symptômes respiratoires (fièvre, toux ou essoufflement) qui ont commencé dans les 14 jours suivant son voyage à l'étranger.

Pour plus de renseignements, visitez [la page Web de SPO sur l'auto-isolement](#).

Pratiquez la distanciation sociale en vous tenant à 2 mètres (6 pieds) de votre entourage, pour limiter le nombre de personnes avec lesquelles vous êtes en contact étroit; par exemple :

- Évitez les groupes de personnes ou les foules.
- Prenez des précautions pour maintenir la distance dans les espaces partagés; par exemple :
 - Évitez les groupes de personnes ou les foules.
 - Évitez les ascenseurs bondés (attendez qu'ils soient vides si vous le pouvez).
 - Évitez d'utiliser la salle du courrier ou la buanderie en même temps que les autres résidents (limitez-vous à un petit nombre à la fois pour maintenir la distance).
- Évitez les visites dans les maisons de soins de longue durée, les maisons de retraite, les logements supervisés, les hospices et autres lieux de soins collectifs, sauf si cela est absolument indispensable.

Visitez la [page web de l'OPH sur la distanciation sociale](#) pour d'autres suggestions.

Pour encourager ces précautions, nous encourageons les propriétaires et les gestionnaires immobiliers à afficher la signalisation de distanciation sociale ci-jointe, ainsi que la signalisation que l'on [trouve sur le site web de SPO](#) dans différentes langues qui traitent de sujets tels que le lavage des mains et l'étiquette de la toux.

La distanciation sociale n'est pas synonyme de distanciation émotionnelle. Encouragez les résidents à s'enregistrer auprès des autres par téléphone ou par d'autres moyens technologiques. Vérifiez avec vous-même. Il n'y a pas de mal à ne pas être bien.

Sachez que de l'aide est disponible et nous encourageons les résidents à contacter le Centre de détresse d'Ottawa afin d'entrer en contact avec quelqu'un au 613-238-3311 si nécessaire.

Recommandations supplémentaires pour les immeubles à logements multiples

L'OPH recommande les actions supplémentaires suivantes dans les immeubles à logements multiples :

- Suspendre toutes les inspections et les travaux de réparation non urgents, si possible.
- Fermer toutes les installations récréatives et les lieux de rassemblement sur place (par exemple, les salles de fêtes, les installations de fitness, les piscines), si possible.
- Encourager l'utilisation limitée des espaces publics pour les sorties nécessaires et prendre des précautions supplémentaires dans les espaces communs (p. ex., les halls d'entrée, les couloirs, les salles de courrier, les buanderies).

Prenez des précautions supplémentaires pour nettoyer et désinfecter les surfaces aussi souvent que possible :

- N'oubliez pas de nettoyer les surfaces en premier, puis de les désinfecter.
- Veillez à disposer d'une quantité suffisante d'eau, de savon, de serviettes en papier pour le nettoyage et de désinfectant pour la désinfection dans les espaces tels que les buanderies.
- Nettoyez et désinfectez souvent les surfaces à forte sollicitation, au moins deux fois par jour (p. ex., les systèmes de sonnerie/kiosques, les poignées de porte, les rampes, les interrupteurs d'éclairage, les boutons d'ascenseur, etc.
- Utilisez un nettoyant et un désinfectant appropriés, conformément aux instructions du fabricant.
- Enlevez les objets des espaces communs qui peuvent être difficiles à nettoyer ou à désinfecter (p. ex. les lampes compliquées).

Pour plus de renseignements sur le nettoyage :

Pour plus de renseignements, veuillez consulter [la liste de vérification pour le nettoyage et la désinfection](#) de SPO et [la feuille d'information sur le nettoyage et la désinfection des lieux publics](#) de Santé publique Ontario.

S'entraider et soutenir notre communauté

Nous comprenons que c'est une période difficile, mais des mesures comme celle-ci sont nécessaires pour limiter la propagation de COVID-19 dans notre communauté.