



# STOP AU CORONAVIRUS

Voici une présentation non exhaustive des moyens que vous avez à votre disposition pour vous prémunir du COVID19 .

Il vous appartient de les utiliser éventuellement selon vos capacités et les possibilités que vous aurez sous deux volets : la prise en charge médicale et les autres dispositifs.

1. **LA PRISE EN CHARGE MEDICALE** : elle est réservée aux patients présentant des signes plus ou moins nets de la maladie ou des personnes sans aucun signe mais avec un prélèvement confirmant l'infection par le Covid19.

Selon le degré apprécié par votre médecin traitant, ce sera :

- ° ***soit le maintien à domicile*** avec intervention des professionnels libéraux (médecins, infirmières, et selon le cas d'autres professionnels de santé),
- ° ***soit une hospitalisation*** dans les hôpitaux ou les établissements privés participant au service public hospitalier. L'orientation est à l'initiative du Centre 15. Ne pas se rendre directement aux urgences !

**! NB :** Des effets indésirables graves ont été observés suite à l'utilisation des anti-inflammatoires non stéroïdiens (AINS) chez des patients atteints de Covid19. Ils doivent être proscrits. Il est conseillé pour le traitement de la fièvre ou de douleurs dans le cadre du Covid19 d'utiliser le paracétamol. Consultez votre médecin en cas de doute !

2. **LES AUTRES MESURES** : elles dépendent en très grande partie de vous, de votre capacité à observer ou non les consignes qui vous sont données et de vos capacités à vous organiser.

## 2.1. ***Le confinement :***

Il peut être :

\* ***total*** : rester à domicile, ne pas en sortir, ne pas recevoir de visite ; ne pas quitter un EHPAD ni recevoir en EHPAD de visite extérieure ! Il est de mise pour les malades. Il sera imposé sous peu à tout le monde !

\* ***partiel*** : les sorties et déplacements sont circonscrits à la commune de résidence et limités à ceux qui sont indispensables pour s'alimenter, se soigner ou aller travailler (télécharger une attestation voir ci-dessous)

**! NB :** Les déplacements interurbains (entre communes ou villes) sont à limiter. Nous sommes les propagateurs de la maladie !

**Le 16 mars 2020**, le Président de la République a décidé de prendre des mesures pour réduire les contacts et déplacements au strict minimum sur l'ensemble du territoire à compter du mardi 17 mars à 12h00, pour quinze jours minimum.

Des dérogations sur attestation seront possible dans le cadre de :

- déplacements entre le domicile et le lieu d'exercice de l'activité professionnelle, lorsqu'ils sont indispensables à l'exercice d'activités ne pouvant être organisées

sous forme de télétravail (sur justificatif permanent) ou déplacements professionnels ne pouvant être différés ;

- déplacements pour effectuer des achats de première nécessité dans des établissements autorisés (liste sur gouvernement.fr) ;
- déplacements pour motif de santé ;
- déplacements pour motif familial impérieux, pour l'assistance aux personnes vulnérables ou la garde d'enfants ;
- déplacements brefs, à proximité du domicile, liés à l'activité physique individuelle des personnes, à l'exclusion de toute pratique sportive collective, et aux besoins des animaux de compagnie.

**Attestation de déplacement dérogatoire** à télécharger à chaque déplacement (peut être rédigée sur papier libre)

### Justificatif de déplacement professionnel

Téléchargeables sur notre site

#### 2.2. **LES MESURES BARRIERE** : à respecter scrupuleusement !

##### \* individuelles :

- ° se laver soigneusement les mains avec du savon ou avec un soluté hydroalcoolique (SHA),
- ° ne pas se serrer la main ni s'embrasser pour se saluer,
- ° observer une distance de sécurité d'au moins un mètre avec un interlocuteur ou dans les files d'attente
- ° utiliser des mouchoirs jetables,
- ° éternuer ou tousser dans son coude,
- ° porter un masque chirurgical si vous avez des signes d'atteinte des voies respiratoires afin d'éviter de contaminer les autres (...ou rester à domicile !).

##### \* collectives :

- ° pas de rassemblement de plus de 100 personnes,
- ° pas de sortie au restaurant, café en boîte de nuit, au cinéma, manifestations diverses...
- ° pas de visite en EHPAD...

**!** Si besoin, appeler la plateforme accessible au **0800 130 000** (numéro gratuit depuis un poste fixe, 7 jours / 7) pour obtenir des informations au sujet du Covid 19.

#### 2.3. **Les mesures d'accompagnement et l'entraide :**

##### \* L'accompagnement :

° des mesures exceptionnelles pour ceux qui travaillent : Les parents d'enfants de moins de 16 ans qui ne peuvent pas recourir au télétravail "ont droit automatiquement" à un arrêt maladie, sur demande de l'employeur.

Le télétravail est possible. Dès le premier jour, sans carence et sans aller chez le médecin.

Il est également possible d'utiliser des outils pour collaborer à distance : visioconférence, Skype, Teamviewer, Microsoft Teams, contrôle à distance d'un PC ou d'une tablette.

Pour ceux qui ne pourraient pas recourir au télétravail ni ces divers outils informatiques, Muriel Pénicaud (Ministre du travail) confirme qu'ils pourront tous être en arrêt maladie s'ils n'ont pas de solution, pas de télétravail, pour s'occuper de leurs enfants. "C'est un arrêt maladie sans qu'ils soient malades, c'est sans aller chez le médecin, il n'y a pas de délai de carence, c'est dès le premier jour qu'on est pris en charge, et c'est l'employeur qui le déclare".

"Le salarié va rester chez lui, et l'employeur va envoyer l'attestation à la Sécurité sociale pour se faire rembourser". Une mesure qui est "automatique". "Si vous avez un enfant de moins de 16 ans, qui est en crèche ou école, et que le télétravail n'est pas possible vous y avez droit automatiquement.

° la poursuite de l'enseignement à domicile pour les enfants des collèges et lycées ainsi que les étudiants. Dans un communiqué commun vendredi soir, le ministère de l'Education nationale

et l'Association des maires de France (AMF) ont rappelé que "les locaux scolaires demeureront ouverts afin que les équipes éducatives puissent organiser le suivi des élèves et informer régulièrement les familles, notamment sur les modalités de connexion à la plateforme du Cned +Ma classe à la maison+". L'Education nationale a annoncé mettre à disposition les ressources du Centre national d'enseignement à distance (Cned) : des exercices en ligne adaptés aux programmes et une "classe virtuelle" où le professeur peut faire cours à ses élèves par visioconférence.

En attendant le Cned, parfois on peut avoir la chance dans son école d'avoir une application qui s'appelle « cahier de texte », avec laquelle on peut gérer des envois de fichiers de travail à distance mais ce n'est clairement pas interactif (A voir avec les enseignants).

\* L'entraide et l'aide : en cas de confinement partiel ou total à domicile, il faudra chercher de l'aide autour de soi car tout ne dépend pas des autorités. Il faudra s'entraider pour les courses alimentaires, la pharmacie, le gardiennage d'enfants, le covoiturage éventuel...

A chacun de s'organiser et de voir ce qui lui convient !

° l'entraide intrafamiliale est la plus naturelle mais réfléchissez lorsque vous solliciterez un parent âgé de plus de 70 ans ou atteint de maladie chronique à ne pas l'exposer à des risques évitables !

° l'entraide extrafamiliale basée sur vos voisins, vos amis, vos collègues de travail... Elle repose sur des initiatives personnelles volontaires.

Penser aussi au Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) qui peut assurer *une vigilance sanitaire et sociale auprès des personnes isolées* ! Des pratiques d'entraide entre voisins, déjà naturellement en place, peuvent être renforcées. Comme s'assurer de signes d'activité chez ses voisins afin de détecter la survenue d'un incident, surtout lorsqu'ils sont seuls et âgés.

Vous avez aussi la possibilité de recourir à des plateformes informatiques mettant en relation sur un même territoire des personnes bénévoles offrant des services donnés avec d'autres ayant besoin de ces services.

Par exemple : le site CoronAides mis en place par le quotidien Nice-Matin mais aussi par exemple l'application Welp, <https://www.welp.fr/>, sur laquelle il faut d'abord s'inscrire pour proposer ou rechercher un service (il existe de nombreux autres sites d'échanges de services en ligne).

° les autres possibilités d'aide :

Pour les courses alimentaires, solliciter les enseignes des grandes surfaces (Casino, Auchan...)  
pour des commandes et livraisons en ligne,

Pour les médicaments, voir auprès de votre pharmacien ce qu'il est possible de faire pour vous préparer vos ordonnances et livrer les médicaments,

- Si vous êtes isolé, sans famille ou amis vers qui vous tourner, vous pouvez solliciter votre Ciq à l'adresse mail : [ciqlatreille@orange.fr](mailto:ciqlatreille@orange.fr) ou par téléphone (0611056438)

Le CIQ de la Treille et des Hameaux avoisinants