

Réandez la joie et non la COVID durant les temps de Fêtes:

Un message commun de la Santé publique, les hôpitaux,
les premières nations et les municipalités

À titre de médecin hygiéniste, chefs des Premières Nations, directeurs généraux de vos hôpitaux locaux et dirigeants municipaux, nous demeurons unis dans notre engagement et notre détermination pour limiter la transmission de la COVID-19 dans nos communautés. À l'approche de la saison des Fêtes, nous vous invitons à vous joindre à nous pour réaffirmer notre engagement pour limiter la propagation du virus et pour demeurer vigilant par rapport à nos actions tout au long de la saison.

Nous sommes reconnaissants pour les sacrifices que les membres de nos communautés continuent de faire. Tant de choses ont changé au cours de la dernière année – le monde qui nous entoure, nos quartiers, nos lieux de rassemblement, la vie au travail, les espaces que nous habitons et les façons dont nous restons en contact avec nos amis, nos collègues, nos proches et les membres de notre famille. Durant cette période mouvementée, les membres de nos communautés se sont ralliés pour se soutenir mutuellement et ils ont fait preuve de gentillesse. Vous avez démontré que nous sommes plus forts ensemble. Alors que nous continuons de pratiquer la distanciation physique et demeurons *physiquement* éloignés, la région du Bureau de santé Porcupine a montré qu'il est possible d'être *solidaires* afin de nous soutenir mutuellement et de nous protéger les uns les autres.

Nous ne pouvons pas nous permettre d'attendre une recrudescence du nombre de cas, des éclosions à grande échelle, voire des conséquences ou des pertes dévastatrices. Chaque membre de chaque communauté dans la région doit agir tous les jours comme si l'exposition au virus était un fait possible et probable et ce, peu importe le nombre de cas. Nous devons agir maintenant afin d'assurer que nos hôpitaux, services de santé publique et autres services de soins de santé sont prêts à répondre à toute urgence en santé et à protéger les membres les plus vulnérables de notre communauté. Nous avons toujours fait preuve d'une grande capacité d'adaptation dans le Nord, et le moment est venu dans cette pandémie pour montrer notre résilience. Par nos actions, nous avons l'occasion de sauver des vies.

RASSEMBLEMENTS

Dès samedi 26 décembre 2020 à 00 h 01, les événements publics organisés et les rassemblements privés à l'intérieur avec les personnes qui ne sont pas de votre foyer ne seront pas autorisés. Ne visitez pas d'autres personnes dans leur maison ou n'autorisez pas les visiteurs dans votre maison. Les personnes qui vivent seules et les parents seuls peuvent envisager de choisir un ménage avec lequel elles peuvent visiter pour réduire l'impact négatif de l'isolement social.

Veillez limiter les personnes avec qui vous avez un contact étroit aux membres de votre foyer. Même si les directives provinciales sur les rassemblements permettent jusqu'à 10 personnes à l'intérieur et jusqu'à 25 personnes à l'extérieur, **les rassemblements, peu importe le nombre de personnes, doivent être limités**. Réduisez le nombre de personnes avec qui vous avez des interactions sociales étroites, car cela contribue à réduire votre risque. Les personnes infectées par la COVID-19 sont contagieuses jusqu'à deux jours avant que des symptômes apparaissent. En réduisant vos contacts étroits, même lorsque vous vous sentez bien, vous pouvez protéger vos proches du virus.

Les rassemblements et les événements virtuels demeurent les moyens les plus sécuritaires de visiter des personnes qui ne font pas partie de votre foyer ou de célébrer des occasions spéciales. Si vous avez plus de 70 ans, si votre système immunitaire est affaibli ou si vous avez un problème médical sous-jacent, envisagez de participer à l'activité virtuellement ou de ne pas participer au rassemblement à cause du risque accru de maladie grave causée par la COVID-19.

Bien que nous vous recommandons de limiter vos contacts à ceux de votre ménage, si vous envisagez de passer du temps avec des personnes qui n'habitent pas avec vous, suivez ces recommandations :

- Avant de participer à un rassemblement ou d'accueillir des invités, répondez aux questions de [l'outil d'auto-évaluation pour la COVID-19](#).
- Restez à la maison si vous présentez des symptômes, même s'ils sont légers. Isolez-vous et communiquez avec votre centre local d'évaluation de la COVID-19.
- Dans la mesure du possible, limitez le nombre de personnes qui participent au rassemblement (doit être de 10 personnes ou moins) et organisez l'activité à l'extérieur.
- Aménagez votre espace de manière à respecter la distanciation physique. Par exemple, organisez les sièges à l'avance afin de maintenir une distance appropriée entre les personnes de différents foyers.
- Maintenez une distance physique d'au moins deux mètres, que le rassemblement soit à l'intérieur ou à l'extérieur.
- Encouragez le port d'un couvre-visage et le lavage des mains.
- Évitez de servir la nourriture de style buffet.

Pour des recommandations spécifiques pour les activités durant les Fêtes, visitez le site Web du [Bureau de santé Porcupine](#)

VOYAGE

La meilleure façon de vous protéger et de protéger les autres est de rester à la maison. Afin de réduire la propagation de la COVID-19 dans la région du Bureau de santé Porcupine, nous vous recommandons d'éviter les déplacements non essentiels à l'extérieur du Nord de l'Ontario et vers des régions où le nombre de cas est plus élevé.

Les déplacements à l'extérieur du BSP pendant la fermeture devraient être limités aux fins essentielles seulement.

Si vous décidez de voyager pour des raisons essentielles pendant le temps des Fêtes, envisagez de vous isoler ou de réduire vos contacts étroits avec d'autres personnes de 10 à 14 jours avant votre départ et après votre retour à la maison.

Les déplacements à l'extérieur de la province être limités aux fins essentielles. Si vous quittez la province pendant la fermeture, vous devriez vous isoler pendant 14 jours dès votre retour en Ontario.

Les personnes et les familles devraient s'abstenir de voyager à l'étranger pendant les Fêtes. Si vous devez voyager, vous devrez satisfaire aux exigences légales de [mise en quarantaine](#) dès votre retour au Canada.

ÉTUDIANTS

Les gens qui habitent loin de chez eux, notamment les étudiants au collège ou à l'université, pourraient être en train d'envisager de retourner à la maison pour le temps des Fêtes. Si vous retournez à la maison pour les Fêtes, envisagez de vous auto-isoler ou de réduire vos contacts étroits avec d'autres personnes de 10 à 14 jours avant de retourner à la maison. Si vous n'êtes pas en mesure de réduire le nombre de contacts étroits ou de vous isoler pendant la période recommandée, envisagez de limiter vos contacts étroits avec les autres personnes, surtout les aînés et les personnes qui ont un système immunitaire affaibli ou un problème médical sous-jacent, dès votre arrivée à la maison. Continuez de surveiller l'apparition de symptômes tout au long de votre visite et de vous auto-isoler si des symptômes se manifestent.

Les étudiants étrangers qui retournent dans leur pays devront se mettre en quarantaine dès leur retour au Canada.

LIEUX DE TRAVAIL

Nous recommandons fortement aux lieux de travail d'éviter d'organiser des rassemblements ou des activités en personne pendant le temps des Fêtes. Ces activités présentent un risque particulièrement élevé, surtout dans des milieux où les personnes doivent enlever leur couvre-visage ou leur masque pour manger ou boire. Dans l'ensemble de la province, la transmission et les éclosions de COVID-19 surviennent souvent pendant ce type d'activités. Les rassemblements ou les événements virtuels demeurent les moyens les plus sécuritaires de célébrer les Fêtes avec vos collègues cette année.

MESURES DE SANTÉ PUBLIQUE

Nous avons tous un rôle à jouer pour réduire le risque. Nous demandons aux membres de la communauté de continuer à respecter les consignes suivantes :

- Procédez régulièrement au dépistage de symptômes.
- Restez à la maison et isolez-vous si vous présentez des symptômes, même s'ils sont légers. Communiquez avec le centre d'évaluation de la COVID-19 pour passer un test.
- Limitez les contacts étroits avec les personnes qui n'habitent pas avec vous; maintenez une distance de deux mètres et portez un masque ou un couvre-visage si la distanciation est impossible.
- Portez un couvre-visage ou un masque lorsque vous êtes dans des lieux publics fermés.
- Portez un couvre-visage ou un masque à l'intérieur et à l'extérieur lorsque vous êtes en présence de personnes qui ne font pas partie de votre foyer et lorsque vous ne pouvez pas maintenir deux mètres de distance par rapport aux autres.
- Lavez-vous les mains souvent avec de l'eau et du savon ou avec un désinfectant pour les mains à base d'alcool.
- Toussez et éternuez dans le pli de votre coude.
- Évitez de toucher vos yeux, votre nez ou votre bouche.
- Nettoyez les surfaces couramment touchées.
- Évitez les déplacements non essentiels à l'extérieur du Nord de l'Ontario et vers des régions où le taux de transmission est élevé.

AUTO-ÉVALUATION, SYMPTÔMES ET TEST

- Surveillez l'apparition de symptômes tous les jours et répondez aux questions de l'outil d'auto-évaluation pour la COVID-19.
- Voici les symptômes typiques à surveiller : fièvre, nouvelle toux ou toux qui s'aggrave, essoufflement, perte d'odorat ou de goût, mal de gorge ou voix rauque, difficulté à avaler, écoulement nasal ou congestion nasale, nausées, vomissements, diarrhée ou douleur abdominale.
- Voici les symptômes atypiques à surveiller : fatigue ou malaise inexplicable, douleurs musculaires, délire, chutes inexplicables ou plus grand nombre de chutes, déclin fonctionnel accru, aggravation des problèmes chroniques actuels, frissons, maux de tête, croup ou conjonctivites.
- Toute personne qui présente des symptômes doit rester à la maison, s'isoler et communiquer avec son [centre local d'évaluation de la COVID-19](#).

Dans de nombreux cas, l'infection à la COVID-19 est bénigne; toutefois, le fait de subir un test et de rester à la maison peut éviter la propagation de la COVID à une personne présentant un risque accru d'infection sévère ou d'autre conséquence tragique. S'il vous plaît, restez chez vous, subissez un test et protégez-vous les uns les autres.

APPLICATION ALERTE COVID

Téléchargez l'application Alerte COVID (<https://covid-19.ontario.ca/fr/covidalerte>) pour recevoir une notification sur votre téléphone si vous avez été exposé à la COVID-19 et pour informer les autres si vous recevez un résultat de test positif, sans que vos renseignements personnels soient divulgués.

Les choix que nous faisons aujourd'hui, ainsi que les choix que nous ferons pendant le temps des Fêtes et à l'avenir, contribueront à protéger nos communautés. Nous souhaitons remercier les membres de notre communauté, ainsi que les organismes et les entreprises de la localité, de prendre des mesures de lutte contre la COVID-19. Comme toujours, nous demandons à toutes les personnes de faire preuve de gentillesse dans le contexte de la COVID-19. Faites preuve de gentillesse, de patience et de gratitude. Ensemble, nos actions font une différence. Célébrez en toute sécurité: répandez la joie, et non la COVID.

Vous trouverez des renseignements supplémentaires au sujet de la COVID-19 sur le site Web du Bureau de santé Porcupine à l'adresse <https://www.porcupinehu.on.ca/fr/votre-sante/prevenir-la-maladie/nouveau-coronavirus/?>.

Visitez le [site Web de l'Ontario](#) pour en savoir davantage sur les mesures que prend la province pour continuer de protéger la population ontarienne contre la COVID-19.

Cordialement,

Lianne Catton, Médecin-hygiéniste/Directrice exécutive
Porcupine Health Unit

Cheryl T. Fort, mairesse
Canton de Hornepayne

Dave Plourde, maire
Ville de Kapuskasing

Denis Clément, maire
Ville de Cochrane

Denis Dorval, maire
Canton d'Opasatika

George Pirie, maire
Ville de Timmins

Gilles Laderoute, maire
Canton de Black River - Matheson

Johanne Baril, mairesse
Canton de Val Rita-Harty

Madeleine Tremblay, mairesse
Canton de Fauquier and Strickland

Marc Dupuis, maire
Canton de Mattice Val-Cote

Michel Arsenault, maire
Ville de Smooth Rock Falls

Nicole Fortier Levesque, mairesse
Canton de Moonbeam

Pat Britton, maire
Ville d'Iroquois Falls

Roger Sigouin, maire
Ville de Hearst

Wayne Taipale, maire
Ville de Moosonee

Chief David Nakogee
Attawapiskat First Nation

Chief Leo Friday
Kashechewan First Nation

Chief Mervin Cheechoo
Moose Cree First Nation

Chief Bruce Archibald
Taykwa Tagamou (New Post)

Grand Chief Alvin Fiddler
Nishnawbe Aski Nation

Grand Chief Jonathon Solomon
Mushkegowuk Council

Heather Jaremy-Berube, Directrice exécutif
Hôpital Communautaire de Hornepayne Community Hospital

Paul Chatelain, Directeur exécutif
MICs Group of Health Services

Liza Fortier, Directrice exécutive
Hôpital Notre Dame Hospital

France Dallaire, Directrice exécutive
Hôpital Sensenbrenner Hospital

Samantha Hiebert, Directrice exécutive
Hôpital Smooth Rock Falls Hospital

Kate Fyfe, Directrice exécutive
Timmins and District Hospital

Lynne Innes, Présidente/ Directrice exécutive
Weeneebayko Area Health Authority