

Objet : Retour en communauté suite à un résultat de COVID-19 positif

Dossier :	_____
Nom, Prénom :	_____
Date de naissance :	_____ ☐ F ☐ M aaaa-mm-jj
NAM :	_____ Exp. _____ aaaa-mm
Nom, Prénom de la mère :	_____

Vous avez obtenu un résultat positif au test de la COVID-19 en date du _____

Suite à votre congé, vous devez poursuivre les mesures d'isolement à domicile jusqu'au _____ **inclusivement.**

Selon les critères du MSSS, vous avez eu et/ou vous êtes considéré :

	Oui	Non	Durée des mesures
Maladie sévère			21 jours
Immunosupprimé			21 jours
Adéquatement vacciné			5 jours + les 5 jours avec le port de masque
Non adéquatement vacciné			10 jours

IMPORTANT

Maladie sévère / Personne immunosupprimée / Non adéquatement vacciné

Pour mettre fin à votre isolement à la date indiquée, vous ne devez pas avoir de fièvre depuis 48 heures (sans prise de médicaments contre la fièvre) et vous devez avoir une amélioration des symptômes depuis 24 heures.

Si ce n'est pas le cas, poursuivez votre isolement jusqu'à l'atteinte de ces critères.

Maladie non sévère / Adéquatement vacciné

Si vous êtes adéquatement vacciné, vous devez vous isoler pendant 5 jours à partir de la date de début de vos symptômes ou à partir de la date de votre prélèvement si vous n'avez pas de symptômes.

Vous pouvez cesser l'isolement et reprendre vos activités régulières après 5 jours, si vous présentez ces deux conditions :

- Vos symptômes se sont améliorés ou sont disparus;
- Vous n'avez pas de fièvre depuis au moins 24 heures (sans avoir pris un médicament contre la fièvre).

Toutefois, pendant 5 jours supplémentaires, vous devrez :

- Porter un masque lors de toute interaction sociale;
- Respecter une distanciation de 2 mètres;
- Éviter les contacts avec les personnes vulnérables.

MESURES D'ISOLEMENT À LA MAISON

- Ne pas aller à l'école, au travail, au CPE, à la garderie, dans un lieu public, un commerce ou dans les transports en commun
- Ne sortez pas marcher
- Vous pouvez sortir sur votre balcon ou dans votre cour privée, en vous assurant d'être à 2 mètres de toute autre personne
- Ne pas avoir de visiteurs à la maison
- Si vous n'avez pas d'aide, utiliser les services de livraison à domicile pour l'épicerie et la pharmacie
- Si vous habitez avec d'autres personnes qui n'ont pas la COVID-19, évitez d'être en contact avec eux
- Gardez une distance d'au moins 2 mètres entre vous et les autres. [Couvrez votre nez et votre bouche](#) si vous devez vous approcher à moins de 2 mètres. Vous pouvez également consulter la page concernant [les types de masque et comment les choisir](#) pour savoir quel masque utiliser.
- Demeurez seul dans une pièce de la maison le plus souvent possible.
- Si possible, mangez et dormez seul dans une pièce de la maison.
- Si possible, utilisez une salle de bain qui vous est réservée. Sinon, désinfectez-la après chaque utilisation.
- Aérez souvent la maison et votre chambre en ouvrant une fenêtre (si la météo le permet).

INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES

Pour avoir plus de détails s'appliquant à votre situation, vous pouvez visiter le : [Québec.ca/isolement](https://quebec.ca/isolement) ou téléphonez au : 1-877-644-4545.

Si votre état de santé se détériore ou que vous avez des symptômes graves, comme de la difficulté à respirer ou un essoufflement important, composez le 911 et mentionnez que vous êtes atteint de la COVID-19.

Si vous êtes un travailleur de la santé, communiquez avec votre bureau de santé pour les conditions de retour au travail. Vous pouvez lever votre isolement à la maison selon les critères dans cette lettre.

Nous vous remercions de votre collaboration.

Signature du médecin : _____ Date : aaaa/mm/jj