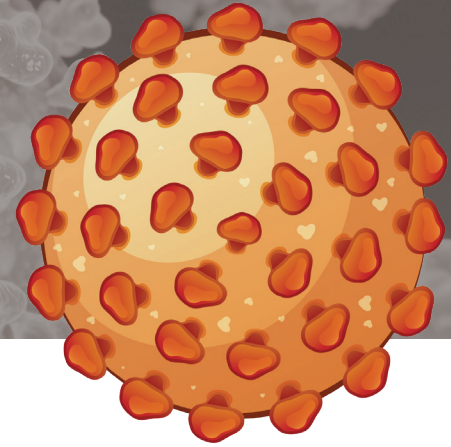


# PAUSE-SÉCURITÉ

## CORONAVIRUS (COVID-19)



### LES SYMPTÔMES

- ✓ La sensation d'être fiévreux, d'avoir des frissons comme lors d'une grippe, ou une fièvre mesurée avec une température prise par la bouche égale ou supérieure à 38,1 °C (100,6 °F)
- ✓ La toux récente ou une toux chronique aggravée depuis peu
- ✓ Difficulté à respirer ou être essoufflé
- ✓ Mal de gorge
- ✓ Perte soudaine de l'odorat sans congestion nasale (nez bouché), avec ou sans perte de goût
- ✓ Nez qui coule ou une congestion nasale (nez bouché) de cause inconnue
- ✓ Maux de ventre
- ✓ Diarrhée
- ✓ Nausées (maux de cœur) ou vomissements
- ✓ Perte d'appétit importante
- ✓ Fatigue intense inhabituelle sans raison évidente
- ✓ Douleurs musculaires ou des courbatures inhabituelles (non liées à un effort physique)
- ✓ Mal de tête inhabituel
- ✓ Est-ce que vous êtes en contact avec une personne atteinte de la COVID-19? Ou une personne qui est revenue d'un voyage à l'extérieur du pays depuis moins de 2 semaines?\*
- ✓ Ou êtes-vous en attente d'un test de dépistage exigé par la Santé publique? Ou est-ce que la Santé publique vous a demandé de respecter une quarantaine?

\* Si le voyageur n'est pas vacciné, il doit s'isoler 14 jours.

### LES MESURES PRÉVENTIVES

Les mesures d'hygiène reconnues sont recommandées pour tous :

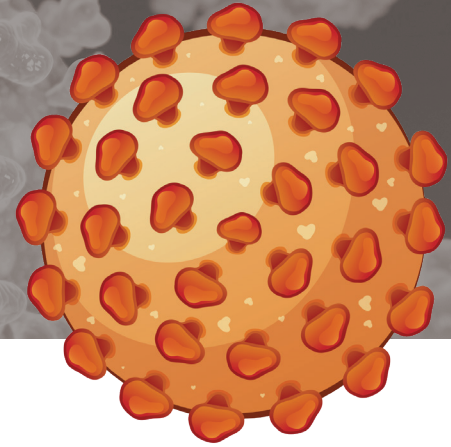
- » Se laver les mains souvent à l'eau tempérée au savon pendant au moins 20 secondes;
  - » Utiliser une solution hydroalcoolique à 60 % si vous n'avez pas accès à de l'eau et à du savon;
  - » Observer les règles d'hygiène lorsque vous toussiez ou éternuez et se couvrir la bouche et le nez avec son bras afin de réduire la propagation des germes;
  - » Si vous utilisez un mouchoir en papier, le jeter dès que possible dans une poubelle et se laver les mains par la suite;
  - » Éviter de porter les mains au visage (nez, yeux, bouche);
  - » Éviter le contact direct pour les salutations, comme les poignées de mains, et privilégier l'usage de pratiques alternatives;
  - » Maintenir une distanciation de 2 mètres entre les collègues de travail à l'extérieur et à l'intérieur (À l'intérieur, il faut garder le masque de qualité en tout temps) pendant la vague du variant Omicron;
  - » Devant la menace des variants de la COVID-19, potentiellement plus virulents et dont le risque de transmission est plus grand, il devient nécessaire de réduire davantage ce risque et **d'exiger en continu le port du masque de qualité**, soit un masque médical répondant à la norme ASTM F2100 (le niveau 1 est suffisant) ou à la norme EN14683 type IIR, ou un masque attesté par le BNQ (1922-900) à l'intérieur des milieux de travail, comme mesure complémentaire de protection.
- Pour le travail à l'extérieur, le port du masque en tout temps est exigé si des interactions à moins de 2 mètres avec des collègues de travail sont inévitables. À l'intérieur, il faut garder le masque de qualité en tout temps pendant la vague du variant Omicron.**
- » Nettoyer les surfaces fréquemment touchées avec un nettoyant de désinfection ou de l'eau de Javel diluée (une partie d'eau de Javel pour neuf parties d'eau):
    - ✓ Tables de travail
    - ✓ Boutons de démarrage des équipements
    - ✓ Poignées de porte
    - ✓ Appareils électroniques
    - ✓ Toilettes  
<https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/medicaments-produits-sante/desinfectants/covid-19.html>
  - » Si vous présentez des symptômes, dès leur apparition, vous devez informer votre employeur et vous isoler à la maison. Contactez le **1 877 644-4545**.



ASSOCIATION DE  
LA CONSTRUCTION  
DU QUÉBEC

# PAUSE-SÉCURITÉ

## CORONAVIRUS (COVID-19)



### SIGNATURE DES PARTICIPANTS

Signature

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Date: \_\_\_\_\_

Service

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Animé par: \_\_\_\_\_

## AVANTAGES DE FAIRE PARTIE DE L'ACQ

- » Services SST
- » Services RT
- » Formations
- » Aide licence RBQ
- » Cautionnements de licence
- » Salle de plans virtuelle
- » Impression de plans et devis
- » Services juridiques
- » Service de paie construction
- » Plans de garantie
- » Mutuelles de prévention
- » et beaucoup plus...