

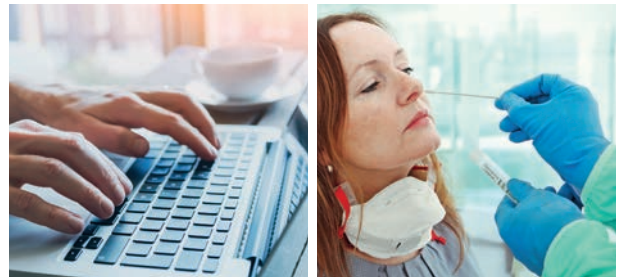
Quand faut-il se mettre en quarantaine* ?

VOUS AVEZ EU UN CONTACT À HAUT RISQUE AVEC UNE PERSONNE TESTÉE POSITIVE À LA COVID-19

- Restez chez vous pendant après le dernier contact à risque, même en l'absence de symptômes.
- Les contacts à haut risque asymptomatiques sont testés 2 fois :
 - immédiatement après l'identification si celle-ci a lieu dans les 72 heures suivant le dernier contact à risque.
 - à partir de 7 jours après le dernier contact à risque.
- **Les 2 tests sont négatifs ?**
La quarantaine peut alors être levée immédiatement.
Respectez strictement les mesures d'hygiène de base jusqu'à 14 jours après le dernier contact à risque. Des symptômes pourraient apparaître pendant cette période. En cas de symptômes, vous devez contacter votre médecin traitant.
- **Votre test est positif ?**
Placez-vous en isolement à domicile tant que vous êtes contagieux. C'est-à-dire au moins 10 jours après avoir passé le test, DONT au moins 3 jours sans fièvre et avec une nette amélioration des symptômes.

JE NE ME SENS PAS BIEN. DOIS-JE RESTER CHEZ MOI ?

- **Vous avez 1 des symptômes suivants :**
 - toux
 - essoufflement
 - douleur thoracique
 - perte soudaine de l'odorat ou du goût
- **Vous avez au moins 2 des symptômes suivants sans autre cause évidente :**
 - fièvre
 - douleurs musculaires
 - fatigue inhabituelle, écoulement nasal
 - mal de gorge
 - maux de tête
 - perte d'appétit
 - diarrhée
- Vous souffrez d'une maladie pulmonaire chronique (asthme, bronchite chronique, toux chronique, etc.) et vous présentez une **aggravation soudaine des affections chroniques.**



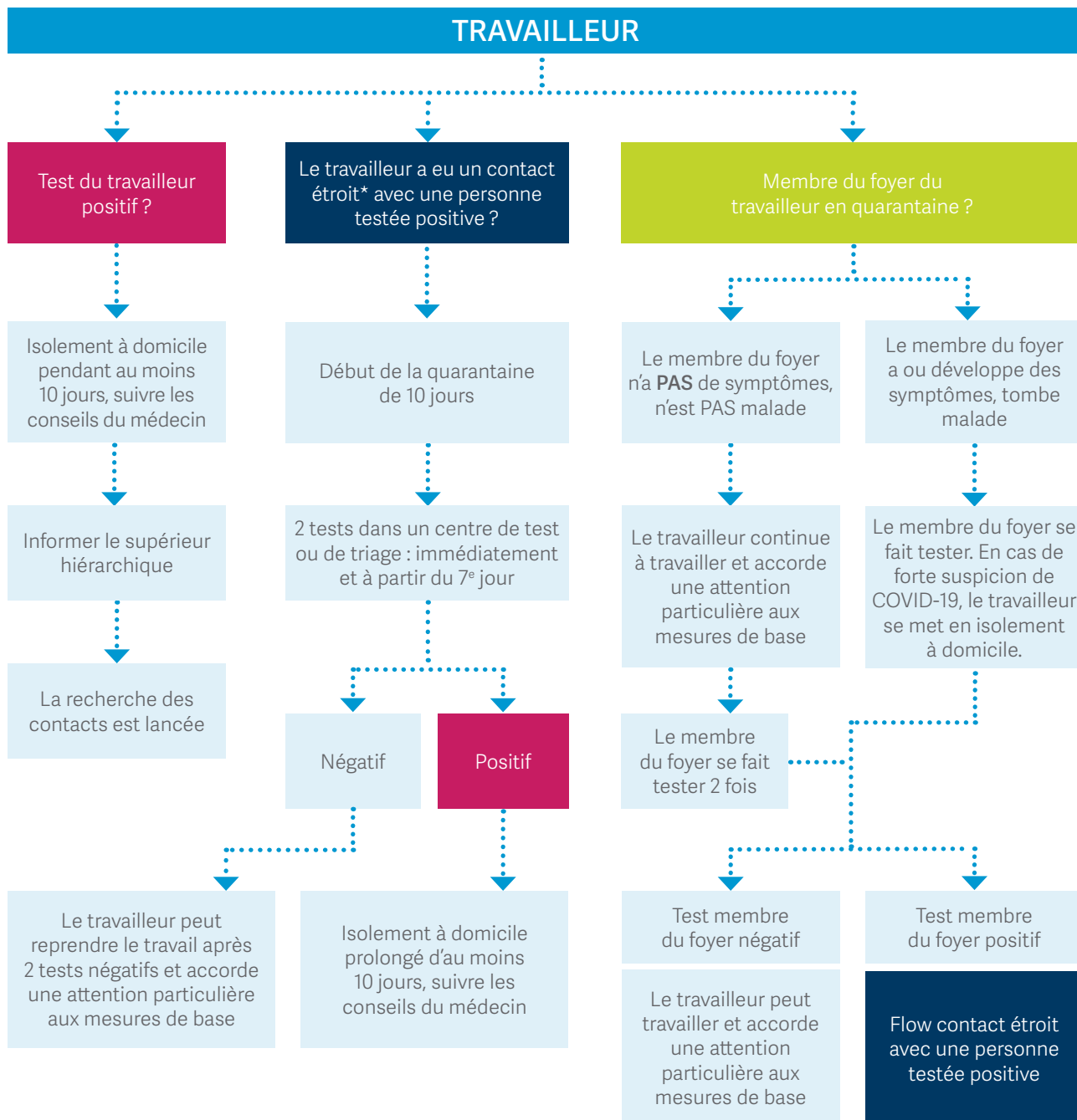
Dans les cas ci-dessus, contactez votre médecin traitant par téléphone. Il déterminera si un test est nécessaire. Vous restez chez vous jusqu'à ce que le résultat du test soit connu.

- **Le test est négatif ?**
Vous pouvez reprendre le travail si les symptômes le permettent.
- **Le test est positif ?**
Placez-vous en isolement à domicile tant que vous êtes contagieux. C'est-à-dire 10 jours après avoir l'apparition des symptômes, DONT au moins 3 jours sans fièvre et avec une nette amélioration des symptômes.

VOUS REVENEZ D'UNE ZONE ROUGE APRÈS UN SÉJOUR DE 48 HEURES OU PLUS

- Complétez le Passenger Locator Form : <https://travel.info-coronavirus.be/fr/public-health-passenger-locator-form>
- **Mettez-vous en quarantaine dans tous les cas.** Une quarantaine de 10 jours est obligatoire. Faites-vous tester 2 fois : immédiatement au retour et à partir de 7 jours après le jour de retour. Si les 2 tests sont négatifs, vous pouvez reprendre le travail.
Après la quarantaine, il faut, jusqu'à 14 jours après votre retour, respecter scrupuleusement les mesures d'hygiène de base pour les contacts à haut risque, toujours porter un masque à l'extérieur du domicile et limiter les contacts sociaux.
- **Surveillez l'apparition de symptômes pendant 14 jours.** Si vous avez des symptômes, contactez votre médecin traitant par téléphone.

* Vous ne pouvez pas travailler à l'extérieur du domicile. Le télétravail est possible.



* Contact étroit avec une personne positive = contact cumulé d'au moins 15 minutes à une distance de < 1,5 m pendant la période allant de 48 heures avant l'apparition des symptômes ou le résultat positif à 7 jours après les symptômes ou le résultat positif. Sans le port correct d'un masque par l'une des deux personnes. Un contact étroit est averti par le centre d'appel du contact tracing (sphère privée), le médecin du travail (travail) ou le centre PMS (école).