

À toutes les associations communautaires de la région d'Ottawa,

À mesure que Santé publique Ottawa et la Ville d'Ottawa continuent d'aller de l'avant dans notre réponse au coronavirus (COVID-19), nous souhaiterions apporter des précisions sur un certain nombre de communications et nous aimerions vous demander votre appui pour disséminer l'information aux membres de votre communauté.

Il est important de reconnaître que la situation entourant la COVID-19 évolue très rapidement. Veuillez consulter le site [SantePubliqueOttawa.ca/Coronavirus](https://www.santepubliqueottawa.ca/coronavirus) pour vous tenir au courant des dernières informations.

Pour obtenir des renseignements relatifs aux entreprises et aux milieux de travail, veuillez visiter la page suivante :

<https://www.santepubliqueottawa.ca/lieuxdetravailcovid19>.

Éloignement social

Santé publique Ottawa demande à tous de mettre en pratique l'éloignement physique (social). Pour plus d'informations sur [l'éloignement physique \(social\)](#) se rapportant à vous et à votre famille, veuillez consulter notre site Web.

La province de l'Ontario ordonne la [fermeture des lieux de travail non-essentiels](#) à compter du mardi 24 mars 2020 à 23 h 59. Pour de plus amples renseignements, veuillez consulter le site Web de SPO qui [traite des lieux de travail](#).

En tant que collectivité, nos efforts sont nécessaires. Les mesures que vous prendrez auront non seulement des répercussions sur vous, mais également sur vos proches et sur les résidents les plus vulnérables de notre collectivité. Bien que nous comprenions que les gens pensent à leurs proches, ce n'est pas le moment de leur rendre visite en personne. Heureusement, la technologie est là pour nous aider à combler ce vide. Elle nous permet de communiquer de manière créative, notamment au moyen de conversations vidéo et d'appels téléphoniques de groupe.

Il est IMPÉRATIF que tous prennent des distances physiques (sociales) pour limiter la transmission dans la collectivité, pour protéger les personnes âgées et les populations vulnérables, ainsi que pour prévenir les éclosions dans les établissements. Nous devons « aplatir la courbe » afin qu'il n'y ait pas de crêtes dans le nombre de cas. Cela signifie qu'il nous faut ralentir la transmission du virus et réduire le nombre de cas simultanés dans la collectivité, pour ultimement permettre à notre système de santé de continuer à fonctionner correctement. Voici quelques façons dont vous et votre famille pouvez mettre en pratique [l'éloignement physique \(social\)](#) :

- Parlez à votre superviseur, gestionnaire ou employeur de la possibilité de travailler à domicile lorsque cela est possible.

- Évitez de rendre visite à des amis ou à des proches âgés. Utilisez le téléphone, les vidéoconférences ou les médias sociaux pour garder le contact, à moins que la visite ne soit absolument indispensable.
- Évitez tous les déplacements non essentiels à l'extérieur de chez vous.
- Baissez les fenêtres si vous devez aller dans la collectivité pour un déplacement essentiel en taxi ou par covoiturage.
- Annulez les réunions de groupe et limitez vos contacts avec les autres membres de votre foyer.
- Organisez des réunions ou des rencontres virtuelles.
- Passez du temps à l'extérieur et dans des endroits où les gens peuvent maintenir une distance de deux mètres les uns des autres.
- Prenez des précautions pour maintenir la distance dans les espaces communs dans les habitations à logements multiples :
 - Évitez les ascenseurs bondés (attendez un ascenseur vide si vous le pouvez).
 - Évitez d'utiliser la salle de courrier ou la buanderie en même temps que les autres résidents (un petit nombre de personnes à la fois pour garder les distances).

L'éloignement physique (social) n'est pas synonyme d'éloignement émotionnel. Que ce soit par téléphone ou au moyen d'autres technologies, restez en contact avec les autres. Restez à l'affût de votre propre état. Il est tout à fait normal de ne pas se sentir bien. Sachez que de l'aide est disponible et nous vous encourageons à communiquer avec le Centre de détresse d'Ottawa au 613-238-3311, au besoin.

Auto-isolément

Beaucoup de gens rentrent chez eux après le congé de mars ou après un voyage hivernal; ces gens auront besoin de denrées et d'articles de première nécessité. **Il est impératif que tous les voyageurs de retour chez eux s'isolent durant 14 jours, de sorte que les denrées et les articles essentiels doivent être fournis par un membre de la famille ou un ami, ou au moyen de commandes en ligne.** Visitez notre site Web pour obtenir de plus amples renseignements sur [l'auto-isolément](#). Nous collaborons avec l'Aéroport international d'Ottawa pour nous assurer que les voyageurs qui reviennent au Canada soient parfaitement informés.

Vous devez également vous isoler si vous vivez avec une personne qui a été déclarée positive à la COVID-19 ou qui est présumée atteinte de la COVID-19, OU qui présente des symptômes respiratoires (fièvre, toux ou essoufflement) qui se sont déclarés dans les 14 jours suivant un voyage à l'étranger.

Groupe de travail sur les besoins des personnes

Nos partenaires communautaires travaillent ensemble, par l'entremise du Groupe de travail sur les besoins des personnes de la Ville, pour venir en aide à ceux qui en ont besoin. Le groupe de travail reçoit, évalue et trie toutes les demandes de renseignements sur les besoins sociaux et humains, tout en mobilisant et en soutenant les organisations communautaires pour répondre aux besoins urgents de la collectivité. Le Groupe de travail sur les besoins des personnes coordonne les ressources de la Ville, les partenaires externes, les fonds existants et les nouveaux fonds avec les besoins de la collectivité.

Aide aux aînés isolés

Le centre pour aînés « sans frontières » de l'organisme [Good Companions \(sites en anglais seulement\)](#) a rehaussé la portée de ses services en mettant l'accent sur l'aide apportée aux aînés vulnérables et isolés et à d'autres populations. Un soutien émotionnel et pratique est accordé par téléphone. En outre, 20 organismes ont été formés (32 employés) pour effectuer des appels afin de venir en aide, à l'instar de divers autres programmes.

[Rural Ottawa Support Services \(Services de soutien en milieu rural d'Ottawa-Sud\)](#) collabore avec Good Companions afin de fournir des services téléphoniques et des services pratiques semblables aux aînés isolés dans le cadre de leur programme [Une voix amicale](#), qui consiste à faire appel au mieux-être pour relier les aînés aux services et aux programmes locaux.

[Logement communautaire d'Ottawa](#) a permis la tenue d'appels téléphoniques pour s'assurer du mieux-être d'environ 2 700 résidents, en mettant l'accent sur les personnes identifiées sur la liste d'évacuation en cas d'incendie.

Sécurité alimentaire

La [Banque d'alimentation d'Ottawa](#) appuie les centres d'alimentation d'urgence et coordonne ses activités avec celles d'autres membres du groupe de travail afin de trier et d'acheminer la nourriture pour répondre aux divers besoins. La demande a augmenté de 30 % dans toutes les banques alimentaires communautaires. Celles-ci travaillent avec l'Armée du Salut pour aider à la distribution de paniers alimentaires offerts par les restaurateurs locaux. La Ville offre des locaux pour l'entreposage sécuritaire de ces paniers.

[La Popote roulante](#) a augmenté son offre d'aliments surgelés pour les personnes âgées de la région d'Ottawa et s'est coordonnée avec la Banque d'alimentation d'Ottawa pour

fournir des denrées et effectuer des livraisons. Depuis le début de la pandémie de COVID-19, l'organisme livre 100 repas frais et 700 repas congelés par jour. Ces services ont assuré l'offre de soupers complets pour les personnes dans le besoin.

Transport d'urgence

En collaboration avec d'autres organismes à but non lucratif, [Good Companions](#) et le Réseau de soutien communautaire de Champlain coordonnent le transport d'urgence vers les rendez-vous médicaux, les centres d'évaluation ainsi que vers les centres alimentaires et les épiceries pour les personnes ayant des difficultés financières, des difficultés de transport ou qui ont des problèmes de santé et de mobilité.

Les services sont accessibles en communiquant avec [Good Companions](#) site web et téléphone (613) 236-0428.

Coordination des bénévoles

La Ville et Centraide de l'Est ontarien élaborent un plan pour soutenir la coordination des bénévoles pendant la pandémie COVID-19. Bénévoles Ottawa a mis sur pied un répertoire de bénévoles présélectionnés et continuera d'accepter de nouveaux candidats.

Soyez au courant

L'information évolue rapidement et Santé publique Ottawa travaille sans interruption pour informer le plus rapidement possible le public.

Disséminez ces renseignements et recevez les dernières mises à jour au moyen des médias suivants :

- Visitez fréquemment la page [SantePubliqueOttawa.ca/Coronavirus](https://santepubliqueottawa.ca/coronavirus).
- Suivez-nous sur Twitter : twitter.com/ottawasante.
- Aimez-nous sur Facebook : facebook.com/ottawasante.

Réduisez la propagation des germes, y compris de la grippe et de la COVID-19

- Lavez-vous souvent les mains avec du savon et de l'eau ou utilisez un désinfectant à main.
- Évitez de vous toucher les yeux, le nez et la bouche, à moins d'avoir préalablement nettoyé vos mains.
- Couvrez votre toux et vos éternuements avec un mouchoir ou avec votre bras, et non avec votre main.

- Restez à la maison si vous êtes malade.

Merci pour votre collaboration.