

Messages clés concernant la pandémie de COVID-19

Mise à jour : 02 novembre 2020

Situation actuelle

- Le taux de positivité à la COVID-19, les nouveaux cas quotidiens et les hospitalisations à Houston ont augmenté pour la première fois depuis la flambée de cet été.
- C'est inquiétant, d'autant plus que nous entrons dans la période des fêtes, durant laquelle les gens passent plus de temps à l'intérieur et se réunissent traditionnellement en famille et entre amis.
- Nous avons la capacité et la responsabilité de travailler ensemble pour maintenir les entreprises et les écoles ouvertes et protéger les populations vulnérables.
- Porter un masque, pratiquer la distanciation sociale, se laver les mains et se faire tester. N'arrêtez pas. N'oubliez pas.

Comportements préventifs

- Pour nous protéger mutuellement, nous devons appliquer les consignes simples décrites dans la campagne « Ensemble, plus forts » :
 - **Lavez-vous souvent les mains** au savon et à l'eau pendant au moins 20 secondes
 - **Portez un masque** qui vous couvre la bouche et le nez
 - **Gardez une distance sociale** d'au moins 2 mètres avec les autres personnes
 - **Faites-vous dépister** et isolez-vous si le test est positif
- Ensemble, nous pouvons guider Houston vers la guérison. Grâce à vous, Houston ira MIEUX. ENSEMBLE.

Dépistage

- En vous soumettant à un test de dépistage, vous protégez votre famille, vos amis et votre communauté.
- Le dépistage permet aux professionnels de la santé publique d'assurer le traçage des contacts et de rompre les chaînes de transmission.
- Le dépistage auprès d'établissements affiliés au département de la Santé de Houston est **gratuit, rapide et sûr**.
- Les délais d'attente sont minimes et les résultats sont communiqués par les laboratoires en quatre jours en moyenne.
- Pour se faire dépister auprès de ces établissements affiliés, il n'est pas nécessaire de fournir un justificatif de domicile, un justificatif de nationalité ou une attestation d'assurance.
- Le recours aux services COVID-19 ne sera pas pris en compte dans l'évaluation des immigrants concernant la charge publique.
- Si vous présentez des symptômes et attendez les résultats d'un test de dépistage, agissez comme si vous étiez infecté par le virus et restez chez vous afin de garantir la sécurité de votre entourage.

- Pour protéger vos proches, si votre test s'avère positif, isolez-vous et informez les personnes avec qui vous avez été en contact étroit et prolongé du résultat de votre test.

Saison de la grippe

- Cette année, la saison de la grippe est différente en raison du COVID-19.
- Il est possible d'attraper la grippe et le COVID-19 en même temps, ce qui est particulièrement dangereux pour les personnes âgées et pour les personnes ayant des problèmes de santé.
- Chaque année, les épisodes de grippe entraînent une occupation accrue des lits d'hôpitaux, ce qui affaiblira la capacité de prise en charge des hôpitaux pour les patients atteints du COVID-19.
- Bien qu'aucun vaccin ne soit actuellement disponible contre le COVID-19, **il existe un vaccin antigrippal.**
- Il est désormais temps pour toute personne de six mois et plus de se faire vacciner contre la grippe.
- Il est de notre responsabilité de contribuer à protéger les plus jeunes et les aînés de nos communautés.
- Le vaccin est disponible dans la plupart des pharmacies, des épiceries, des cabinets médicaux et des cliniques.
- Le département de la Santé de Houston propose le vaccin à des tarifs dégressifs sur consultation auprès de ses centres de santé. Appelez le 3-1-1 pour trouver un centre près de chez vous.

Sécurité pendant les fêtes

- Cette période des fêtes est différente à cause de la COVID-19.
- Si vous êtes atteint de la COVID-19 ou si vous avez été exposé à une personne atteinte de la COVID-19, ne participez à aucune activité festive physique.
- Évitez les rencontres physiques avec des personnes extérieures à votre foyer.
- Si vous assistez à une réunion avec des personnes qui n'habitent pas chez vous, pensez à éviter tout contact avec les personnes qui ne font pas partie de votre foyer pendant les 14 jours précédant et suivant la réunion.
- Les repas de fête à la maison avec des personnes vivant sous le même toit présentent peu de risques.
- Les activités de plein air sont plus sûres que les activités d'intérieur, mais tout le monde doit quand même porter un masque et maintenir une distance de sécurité de deux mètres.
- Portez un masque et pratiquez la distanciation sociale lorsque vous êtes en public et en présence de personnes qui ne font pas partie de votre foyer. Si vous ne pouvez pas vous laver les mains fréquemment, utilisez une solution hydroalcoolique.

- Commandez vos courses en ligne et faites-vous livrer devant chez vous au lieu de passer du temps dans les magasins.
- Évitez de faire vos achats dans des magasins bondés, surtout à l'occasion du Black Friday. Préférez les achats en ligne.
- Si vous devez faire des achats en magasin, allez-y quand il y a moins de monde, portez un masque et pratiquez la distanciation sociale.

Traçage des contacts

- En faisant le choix de collaborer avec les membres de la brigade de traçage, vous contribuez à protéger votre famille et votre communauté en ralentissant la propagation du COVID-19.
- Si votre test de dépistage du COVID-19 est positif, un membre de la brigade de traçage de votre service de santé local vous contactera par téléphone, par e-mail ou par SMS.
- Il fera le point sur votre état de santé, identifiera les personnes avec lesquelles vous avez été en contact étroit et vous demandera de rester chez vous en auto-isolement.
- Le membre de la brigade de traçage contactera alors ces personnes pour leur demander si elles présentent des symptômes et les conseiller sur les questions de dépistage et de quarantaine.
- Votre nom ne sera pas communiqué aux personnes avec lesquelles vous avez été en contact étroit.
- Les informations recueillies lors du traçage des contacts ne seront utilisées à aucune autre fin.
- Il est important de communiquer ouvertement avec le membre de la brigade, car ces informations sont déterminantes pour freiner la propagation de la maladie.
- Les membres de la brigade de traçage ne vous demanderont jamais votre numéro de sécurité sociale, vos renseignements bancaires ou des informations sur votre carte de crédit.
- Le numéro affiché lors du premier appel que vous recevrez d'un membre de la brigade du département de la Santé de Houston sera 713-853-8700. Si vous recevez un appel sur un téléphone fixe, l'identifiant affiché sera *Houston Health 713-853-8700*.
- Les SMS automatiques des membres de la brigade du département de la Santé de Houston seront envoyés par les numéros 35134, 73940 ou 39242.
- L'adresse e-mail utilisée par le département de la Santé de Houston pour réaliser les évaluations dans le cadre du traçage des contacts est houstonhealthdepartment@qualtrics-survey.com.

Santé mentale :

- Le département de la Santé de Houston offre un soutien en santé mentale au travers d'un service d'assistance téléphonique gratuit assuré par des professionnels qualifiés dans ce domaine.
- Le service d'assistance en santé mentale est joignable au 713-999-9442, du 1^{er} octobre au 24 décembre, sept jours par semaine, de 13 h à 23 h.
- Cette ligne d'assistance est un outil formidable pour les parents confrontés au stress lié à l'enseignement virtuel, les professionnels de la garde d'enfants, les personnes vivant dans des zones fortement touchées par le virus et le personnel municipal de Houston, en première ligne face au COVID-19. Des groupes de soutien virtuel seront bientôt mis à la disposition des parents, de même qu'un ensemble d'outils pour les aider à surmonter la pression constante de la pandémie.
- Les services sont également disponibles en espagnol.

Soutien après le dépistage

- Si vous ou l'un de vos proches êtes testés positifs et ne pouvez pas travailler, vous pouvez demander de l'aide auprès des organismes suivants :
 - La [banque alimentaire de Houston](#) offre ses services aux familles touchées par la pandémie de COVID-19, en plus des nombreux établissements de la ville qui distribuent de la nourriture, des produits et des repas préparés. La banque alimentaire de Houston emploie des accompagnateurs certifiés pour aider les personnes à déposer leur demande d'aide complémentaire à la nutrition (SNAP), à obtenir une aide au paiement des factures de services publics et l'aide au logement.
 - [Lone Star Legal Aid](#) peut vous aider concernant les expulsions et les saisies liées au COVID-19, les indemnités de chômage, les prestations publiques et les situations de violence domestique.
 - Le [SERVICE D'ASSISTANCE Texas/United Way au 211](#) est une ligne d'assistance gratuite gérée par United Way of Greater Houston et disponible 24 heures sur 24, 7 jours sur 7, en plusieurs langues. Des spécialistes formés fournissent des renseignements et orientent les demandeurs vers divers organismes de services sociaux.

Enquête sur la présence d'anticorps

- Le département de la Santé de Houston et les CDC mènent une **enquête à participation volontaire** sur la détection d'anticorps.
- Le personnel du département de la Santé de Houston et le personnel paramédical du service des pompiers de Houston formeront des équipes qui se rendront dans des foyers

sélectionnés au hasard à Houston pour demander aux membres du foyer de répondre aux questions de l'enquête et de fournir un échantillon de sang.

- Ces équipes seront reconnaissables par leur maillot *Better. Together.* (Ensemble, plus forts) et elles ne vous demanderont jamais vos renseignements bancaires ou votre numéro de sécurité sociale.
- La première phase est prévue entre le 8 et le 24 septembre et la deuxième phase commencera au cours de l'hiver 2021.
- Seuls les foyers approchés par les équipes de l'enquête peuvent participer et la participation est volontaire.
- En choisissant de participer à l'enquête, vous fournirez des informations essentielles sur les personnes qui ont été exposées au virus par le passé.
- L'enquête permettra d'identifier les personnes qui ont été infectées par le virus du COVID-19 grâce à la présence d'anticorps, à savoir, des protéines produites par le système immunitaire pour lutter contre les infections.
- Les tests de détection d'anticorps ne remplacent pas les tests par écouvillonnage buccal ou nasal visant à rechercher la présence d'une infection active, qui sont réalisés dans différents établissements de Houston en libre accès.

Communauté hispanique

- D'après le pourcentage de cas et de décès, les habitants de Houston d'origine hispanique sont plus durement touchés par le coronavirus que les autres populations.
- Aucun membre du personnel du département de la Santé de Houston ne vous posera de questions sur votre statut de citoyenneté ou d'immigration.
- Le dépistage du COVID-19 n'a aucune incidence sur le statut de votre carte verte ou sur la demande d'une carte de résident permanent. Les personnes sans papiers ne seront pas expulsées si leur résultat de test est positif.
- Le département de la Santé de Houston mène des programmes de sensibilisation ciblés dans les zones les plus touchées pour transmettre des messages de prévention et fournir des ressources.

Jeunesse

- Les jeunes peuvent aider à rétablir l'économie en prenant les précautions appropriées pour freiner la propagation du virus.
- Bien qu'une partie de la société y soit favorable, il est encore trop tôt pour reprendre une vie normale.
- Les jeunes, comme le reste de la communauté, doivent limiter au maximum leurs contacts avec les autres, porter un masque et respecter les distances sociales dans les lieux publics.
- Si vous vous trouvez dans un endroit où vous n'êtes pas en mesure de porter un masque et de respecter les distances sociales, alors vous devez partir.



- Les formes graves qui nécessitent une hospitalisation arrivent également chez les jeunes, et certains en meurent.
- Même si la plupart des jeunes en bonne santé se remettent de la maladie, ils peuvent la transmettre sans le savoir à des personnes (y compris les membres de leur famille) qui peuvent en subir de graves conséquences, voire y succomber.

À propos du COVID-19

- La maladie à coronavirus 2019 (COVID-19) est une maladie respiratoire qui se transmet principalement entre les personnes en contact étroit (environ 2 mètres) lorsqu'une personne infectée tousse ou éternue.
- Il n'existe aucun vaccin permettant de prévenir le COVID-19 ni aucun médicament spécifique pour soigner les personnes malades.
- Les principaux symptômes du COVID-19 sont la fièvre, la toux et l'essoufflement. Les autres symptômes comprennent notamment : douleurs musculaires et courbatures, maux de tête, perte récente du goût ou de l'odorat, maux de gorge, congestion nasale ou écoulement nasal, nausées ou vomissements, et diarrhée.
- Si vous présentez ces symptômes, tenez-vous à une distance d'au moins 2 mètres des autres personnes et appelez votre médecin.
- La plupart des personnes en bonne santé qui sont infectées par le COVID-19 éprouveront des symptômes légers à graves avant de guérir.
- Chez les personnes qui souffrent de problèmes de santé comme le diabète, les maladies cardiaques, le cancer et l'obésité, le risque de complications graves et de décès est plus élevé.
- Nous continuons d'en apprendre davantage sur le COVID-19 et ses effets à long terme.

À propos de la campagne Ensemble, plus forts.

LAVEZ-VOUS LES MAINS. PORTEZ UN MASQUE. DISTANCIATION SOCIALE. FAITES-VOUS DÉPISTER.

Nous sommes plus efficaces si chacun d'entre nous remplit son rôle dans la lutte contre la propagation du COVID-19. Ensemble, nous pouvons guider Houston vers la guérison. Grâce à vous, Houston ira MIEUX. ENSEMBLE.

houstonhealth.org

