

### 1) JE N'AI PAS DE SYMPTÔME :

- Je reste isolé **pendant 10 jours à partir de la date de mon test.**
- Je remplis le formulaire de signalement sur l'ENT :
  - Rennes 1 : [encadré COVID 19 protégeons nous, « suspicion ou cas confirmé : se signaler »](#)
  - Rennes 2 : encadré FAQ COVID, cliquer sur « ce formulaire en ligne » dans l'encadré vert
  - Autres : suivre le protocole de l'école
- Je déclare tous mes cas contacts à l'aide de la CPAM ou de mon médecin, =contact-tracing, c'est-à-dire les personnes qui remplissent les critères de cas contact\* (voir au dos) et vues dans les 7 jours avant mon test

#### **Puis-je sortir au bout de 10 jours d'isolement ?**

- Si au bout de 10 jours je n'ai pas de fièvre, l'isolement est levé, je peux sortir.
- Si j'ai de la fièvre à la fin des 10 jours, je consulte ou téléconsulte mon médecin traitant pour évaluer mon état **et je reste en isolement jusqu'à 48h après la disparition de la fièvre.**

#### **Que dois-je faire la semaine suivant mon isolement ?**

- Je continue le port rigoureux du masque chirurgical, le suivi scrupuleux des mesures d'hygiène (lavage régulier des mains) et la distanciation physique.
- J'évite tout contact avec des personnes vulnérables.

#### **Je développe des symptômes pendant ma période d'isolement ?**

- Je prolonge mon isolement **de 10 jours à partir de la date de début des symptômes.**
- **Si j'ai des difficultés à respirer, j'appelle immédiatement le 15.**

### 2) J'AI DES SYMPTÔMES :

- Je reste isolé **pendant 10 jours à partir de la date du début des symptômes.**
- Je remplis le formulaire de signalement sur l'ENT :
  - Rennes 1 : [encadré COVID 19 protégeons nous, « suspicion ou cas confirmé : se signaler »](#)
  - Rennes 2 : encadré FAQ COVID, cliquer sur « ce formulaire en ligne » dans l'encadré vert
  - Autres : suivre le protocole de l'école
- Je déclare tous mes cas contacts à l'aide de la CPAM ou de mon médecin, « contact-tracing », c'est-à-dire les personnes qui remplissent les critères de cas contact\* (voir au dos) et vues dans les 48h avant l'apparition des symptômes.

#### **Puis-je sortir au bout de 10 jours d'isolement ?**

- Si au bout de 10 jours je n'ai pas de fièvre, l'isolement est levé, je peux sortir.
- Si j'ai de la fièvre à la fin des 10 jours, je consulte ou téléconsulte mon médecin traitant pour évaluer ma santé **et je reste en isolement jusqu'à 48h après la disparition de la fièvre.**

#### **Que dois-je faire la semaine suivant mon isolement ?**

- Je continue le port rigoureux du masque chirurgical, le suivi scrupuleux des mesures d'hygiène (lavage régulier des mains) et la distanciation physique.
- J'évite tout contact avec des personnes vulnérables.

#### **Mes symptômes évoluent**

- Je refais le point avec mon médecin.
- **Si j'ai des difficultés à respirer, j'appelle immédiatement le 15.**

### \*Qui sont les personnes contact à risque ?

**Dans les 48h précédant le début des symptômes ou dans les 7 jours précédant le test si absence de symptôme**

**Et en l'absence de mesures de protection efficaces pendant toute la durée du contact :**

#### **-Contact à risque : toute personne**

- .Ayant partagé le même lieu de vie que le cas confirmé ou probable ;
- .Ayant eu un contact direct avec un cas, en face à face, à moins de 2 mètres, quelle que soit la durée (ex. conversation, repas, contact physique). En revanche, des personnes croisées dans l'espace public de manière fugace, même en l'absence de port de masque, ne sont pas considérées comme des personnes-contacts à risque ;
- .Ayant prodigué ou reçu des actes d'hygiène ou de soins ;
- .Ayant partagé un espace confiné (bureau ou salle de réunion, véhicule personnel ...) pendant au moins 15 minutes consécutives ou cumulées sur 24h avec un cas ou étant resté en face à face avec un cas durant plusieurs épisodes de toux ou d'éternuement ;

#### **-Contact à risque négligeable :**

- .Toutes les autres situations de contact ;
- .Toute personne ayant un antécédent d'infection par le SARS-CoV-2 confirmé par amplification moléculaire (RT-PCR, RT-LAMP), test antigénique ou sérologie datant de moins de 2 mois<sup>1</sup>

#### **Sont considérés comme des mesures de protection efficaces :**

- séparation physique isolant la personne-contact du cas confirmé en créant deux espaces indépendants (vitre, Hygiaphone®);
- masque chirurgical ou FFP2 ou grand public en tissu fabriqué selon la norme AFNOR SPEC S76-001 de catégorie 1 ou masque grand public en tissu réutilisable possédant une fenêtre transparente homologué par la Direction générale de l'armement, porté par le cas **ou** le contact.

#### **Ne sont pas considérés comme mesures de protection efficaces :**

- masques grand public en tissu de catégorie 2 ;
- masques en tissu « maison » ou de fabrication artisanale ne répondant pas aux normes AFNOR SPEC S76-001 ainsi que les visières et masques en plastique transparent portés seuls (pour plus d'information sur la protection conférée par les différents types de masques, voir l'avis du HCSP) ;
- plaque de plexiglas posée sur un comptoir, rideaux en plastique transparent séparant clients et commerçants.