

Je suis CAS CONTACT HORS (du) FOYER

Je m'isole IMMEDIATEMENT, et ce jusqu'au résultat du test.
Je réalise un **test PCR à J7** de la date du dernier contact
(pas de sortie, livraison des repas, télétravail ou arrêt de travail)

Mon test est positif

Je m'isole pendant **10 jours**
à compter de la date du test

- Je vais être contacté par un Médecin du Centre Covid et par l'Assurance Maladie
- Si je suis toujours symptomatique après mes 10 jours d'isolement, je reste isolé jusqu'à 48h après la fin des symptômes.
- Toutes les personnes vivant à mon domicile doivent réaliser une PCR nasale immédiatement.
- Toutes les personnes ayant eu contact avec moi dans les 2 jours précédant le test doivent réaliser une PCR nasale à 7 jours du contact (et rester isoler en attendant le résultat).

Je n'ai pas besoin de réaliser une PCR à la fin de mon isolement.

Mon test est négatif

- Je peux rompre mon isolement. Je respecte les gestes barrières. J'évite tout rassemblement ou contact à risque.
- Si j'ai des symptômes qui apparaissent, je prends rendez-vous pour une nouvelle PCR

MON ISOLEMENT

Je reste, si possible, dans une **pièce séparée**.
Je ne partage pas mon lit et je prends mes repas seul dans cette même pièce.
J'évite les contacts avec les autres personnes.
Je porte un **masque chirurgical** en présence d'une personne. Je me tiens à plus de **2m**.
Je ne vois pas les personnes fragiles.
Je me fais **livrer les courses** par le magasin ou je demande à un proche.
Si j'ai besoin de soins, je porte un masque chirurgical et je me lave les mains. Ainsi que la personne prodiguant les soins.
J'aère régulièrement les pièces de vie.
Je nettoie et je désinfecte régulièrement les surfaces que j'ai touchées (eau de javel, alcool 70°...)

MON TRAVAIL

Je me mets en télétravail si cela est possible.
Je demande un arrêt de travail sur le site **declare.ameli.fr** (ou bien je demande un **arrêt de travail** à mon médecin traitant).

declare.ameli.fr

-Vous devez avoir été déclaré contact à risque auprès de l'Assurance Maladie
-Vous pouvez bénéficier d'un **arrêt de 7 jours** depuis la date du contact.
-Si vous vous êtes isolé avant cette date, l'arrêt pourra être rétroactif dans la limite de 4 jours. Si les résultats du test ne sont pas connus à la fin de l'arrêt initial, vous pouvez demander une prolongation de l'arrêt dans la limite de 7 jours supplémentaires.

**Si à tout moment je présente des symptômes qui s'aggravent :
difficultés respiratoires, douleurs thoraciques...**

Je compose le 15

N° plateforme résultats Cyberlab : 01.40.27.43.85