

RECOMMANDATIONS SANITAIRES GÉNÉRALES DANS LE CADRE DE LA LUTTE CONTRE LE COVID-19

PREAMBULE

Ce document détaille les recommandations sanitaires générales applicables à partir du 14 mars 2022 afin de prévenir la transmission du SARS-CoV-2 au sein de l'ensemble de la population.

A compter du 14 mars 2022, l'application du passe vaccinal est suspendue. L'obligation de présentation du passe sanitaire est quant à elle maintenue pour accéder aux établissements de santé et médico-sociaux.

Le port du masque à partir de l'âge de 6 ans reste obligatoire dans les transports en commun. Il est requis dans les établissements de santé et médico-sociaux ainsi que dans les lieux d'exercice des professionnels de santé (cabinets médicaux, centres de santé, maisons de santé pluriprofessionnelles, cabinets infirmiers, cabinets de masso kinésithérapie...), dans les pharmacies et dans les laboratoires de biologie médicale. Ainsi, les responsables de ces structures sont fortement incités à imposer le port du masque dans leurs locaux, selon des modalités adaptées.

Le port du masque est en outre recommandé pour toutes les personnes à risque de développer une forme grave de la maladie, en particulier dans les lieux d'affluence.

Des mesures spécifiques peuvent enfin s'appliquer dans les Outre-mer, adaptées à la situation de chacun de ces territoires ; il est recommandé de consulter le site internet de chaque préfecture et Haut-Commissariat pour en connaître le détail.

Ces recommandations visent à assurer une protection individuelle de chacun, pour limiter le nombre de contaminations et de formes graves, mais également une protection collective, pour réduire les risques de nouvelle vague épidémique. Elles s'appliquent à tous dans l'ensemble des situations, sous réserve des dispositions sectorielles particulières applicables¹.

¹ C'est notamment le cas de l'Education nationale et des accueils collectifs de mineurs, des transports collectifs de voyageurs et des établissements de santé et établissements médico-sociaux.

LES OBLIGATIONS QUI INCOMBENT A CHACUN D'ENTRE NOUS

L'obligation générale de port du masque est levée, y compris dans les crèches et les écoles. Le port du masque reste cependant obligatoire ou très fortement recommandé dans les lieux listés ci-après.

Le port du masque dès l'âge de 6 ans est obligatoire dans les transports collectifs de voyageurs, selon les modalités suivantes :

- Transport aérien : maintien de l'obligation de port du masque dans les avions et véhicules de transport de passagers ;
- Transport terrestre : maintien de l'obligation de port du masque dans les véhicules ainsi que dans les espaces dont l'accès est réservé aux détenteurs d'un titre de transport ;
- Transport maritime : maintien de l'obligation de port du masque uniquement dans les espaces intérieurs (hors cabines) des navires de croisière et des bateaux à passagers avec hébergement.

En outre, le masque est requis, selon des modalités adaptées, sur décision du responsable de la structure dans :

- Les établissements de santé et les services et établissements médico-sociaux ;
- Les locaux et lieux de soins suivants :
 - Lieux d'exercice des professionnels de santé (cabinets médicaux, centres de santé, maisons de santé pluriprofessionnelles, cabinets infirmiers, cabinets de masso-kinésithérapie, etc.), ;
 - Pharmacies ;
 - Laboratoires de biologie médicale.

Les professionnels effectuant des interventions au domicile des personnes âgées ou handicapées doivent en outre porter le masque à l'occasion de leurs interventions.

Le port du masque n'est en revanche pas recommandé dans les établissements et services médico-sociaux autres que ceux accueillant des personnes âgées ou une majorité de personnes à risque de forme grave de la COVID-19.

Pour rappel, sont autorisés les masques FFP2/FFP3, les masques chirurgicaux et les masques de forme chirurgicale à l'exclusion des masques en tissu, conformément aux dispositions prévues par l'annexe 1 du décret n°2021-699 du 1er juin 2021.

Le passe sanitaire reste obligatoire, sauf urgence, pour accéder aux hôpitaux, aux maisons de retraite, ou encore aux établissements accueillant les adultes en situation de handicap dans un objectif de protection des personnes les plus à risque face à la COVID-19.

Les visites au sein des établissements soumis à passe sanitaire sont autorisées². Il importe donc de veiller au respect de ce droit de visite et de prendre en compte les situations particulières telles que les urgences et la fin de vie.

L'obligation vaccinale des professionnels reste en vigueur sans changement.

RECOMMANDATIONS SANITAIRES

RECOMMANDATIONS INDIVIDUELLES

Il est recommandé de veiller au respect des recommandations de santé publique, en particulier lors des rassemblements, activités, réunions et déplacements réunissant plusieurs personnes ou lors de contact avec des personnes fragiles.

S'agissant de la vaccination :

Il est rappelé que la vaccination reste essentielle dans la prévention de la contamination, de la transmission et des formes graves de la maladie. A ce titre, chaque personne doit veiller à disposer d'un schéma vaccinal complet et à jour.

S'agissant du port du masque :

Le port du masque dès 6 ans est fortement recommandé **pour les personnes suivantes :**

- Pour les personnes âgées, immunodéprimées, malades chroniques et fragiles, ainsi que pour leurs aidants ;
- Pour les personnes symptomatiques ;
- Pour les personnes contacts à risque ;
- Pour les cas confirmés, jusqu'à 7 jours après leur sortie d'isolement.

² La loi n°2021 1040 du 5 août 2021 relative à la gestion de la crise sanitaire (qui modifie la loi n°2021-689 du 31 mai 2021 relative à la gestion de la sortie de crise sanitaire) dispose que « La personne qui justifie remplir les conditions prévues au présent 2° [ndlr. qui présente un passe sanitaire valide] ne peut se voir imposer d'autres restrictions d'accès liées à l'épidémie de covid-19 pour rendre visite à une personne accueillie et ne peut se voir refuser l'accès à ces services et établissements que pour des motifs tirés des règles de fonctionnement et de sécurité de l'établissement ou du service, y compris de sécurité sanitaire ».

Pour ces personnes, le port du masque est notamment fortement recommandé dans **les lieux de promiscuité importante**, dans les lieux dans lesquels le respect des gestes barrières est limité ainsi que dans **les lieux clos mal aérés / ventilés**. Les autres peuvent également adopter cette mesure de protection.

S'agissant des mesures d'hygiène :

L'hygiène des mains avec un lavage régulier à l'eau et au savon pendant 30 secondes, reste essentielle. Cette mesure d'hygiène est la plus efficace pour prévenir la transmission de tous les virus.

Remarque : En l'absence d'eau et de savon, il convient d'effectuer les mêmes gestes par friction avec du gel hydro alcoolique le plus souvent possible.

Le fait d'éviter de se toucher le visage, en particulier le nez, la bouche et les yeux, de se couvrir systématiquement le nez et la bouche en toussant ou en éternuant dans son coude, et de recourir à des mouchoirs à usage unique est fortement recommandé.

Au contact des autres, il est vivement recommandé d'aérer régulièrement la pièce (10 minutes toutes les heures si possible), de se saluer sans se serrer la main et d'éviter les embrassades.

S'agissant de la conduite à tenir en cas de symptômes du COVID-19³ :

Dès lors qu'une personne est symptomatique⁴, elle doit :

- Réaliser immédiatement un test antigénique (TAG)* ou un RT-PCR, indépendamment de son statut vaccinal, d'antécédent d'infection ou de statut de contact à risque ;
- Dans l'attente du test ou de son résultat, s'isoler et réduire ses contacts ; préparer la liste des personnes avec lesquelles elle a été en contact dans les 48h précédant la date d'apparition des symptômes ; télétravailler dans la mesure du possible.

**NB : si le test positif est un test antigénique ou un autotest, la personne réalise un test RT-PCR de confirmation. Dans l'attente du résultat, elle est considérée comme cas confirmé et doit suivre la conduite à tenir adéquate.*

³ Voir fiche patients de Santé Publique France : <https://www.santepubliquefrance.fr/maladies-et-traumatismes/maladies-et-infections-respiratoires/infection-a-coronavirus/documents/depliant-flyer/j-ai-les-symptomes-de-la-maladie-du-covid-19-fiche-patients>

⁴ La définition de cas d'infection au SARS-CoV-2 (COVID-19) et de contact à risque de Santé Publique France rappelle qu'est considérée comme symptomatique toute personne présentant des signes cliniques évocateurs de COVID-19 selon l'avis du HCSP: infection respiratoire aiguë avec une fièvre ou une sensation de fièvre, ou toute autre manifestation clinique suivante, de survenue brutale, selon l'avis du HCSP du 20 avril 2020 relatif aux signes cliniques d'orientation diagnostique du COVID-19

S'agissant de la conduite à tenir en cas de résultat d'un test positif⁵ :

En cas de résultat positif, cette liste des contacts à risque sera à compléter sur le téléservice de l'assurance maladie⁶. La personne contaminée doit également, dans la mesure du possible, les informer de son statut de cas positif.

Pour les personnes positives disposant d'un schéma vaccinal complet et à jour et pour les enfants de moins de 12 ans : l'isolement est d'une durée de 7 jours (pleins) à compter de la date du début des symptômes ou de la date du prélèvement du test positif.

Toutefois, au bout de 5 jours, la personne positive peut sortir d'isolement à deux conditions :

- Elle effectue un test antigénique ou RT-PCR et celui-ci est négatif ;
- Elle n'a plus de signes cliniques d'infection au SARS-CoV-2 depuis 48h.

Si le test réalisé est positif ou si la personne ne réalise pas de test, son isolement est maintenu à 7 jours. Elle ne réalise pas un second test à J7.

Pour les personnes positives ayant un schéma vaccinal incomplet et pour les personnes non-vaccinées : l'isolement est de 10 jours (pleins) à compter de la date du début des symptômes ou de la date du prélèvement du test positif. Toutefois, au bout de 7 jours, la personne positive peut sortir d'isolement à deux conditions :

- Elle effectue un test antigénique ou RT-PCR et celui-ci est négatif ;
- Elle n'a plus de signes cliniques d'infection au SARS-CoV-2 depuis 48h.

Si le test est positif ou si la personne ne réalise pas de test, son isolement est maintenu à 10 jours.

Le respect des gestes barrières (port du masque et mesures d'hygiène) est à respecter les 7 jours suivant la sortie d'isolement du cas positif.

S'agissant de la conduite à tenir en cas de contact à risque⁷ :

A compter du 21 mars 2022, conformément à l'avis du Haut Conseil de la santé publique (HCSP) du 11 février 2022⁸, les personnes contacts à risque, quel que soit leur statut vaccinal, ne seront plus tenues d'observer une période d'isolement. Néanmoins, elles doivent toujours :

- Appliquer de manière stricte les mesures barrières, et notamment le port du masque en intérieur et en extérieur au contact d'autres personnes ;
- Limiter leurs contacts, en particulier avec des personnes fragiles ;
- Éviter tout contact avec des personnes à risque de forme grave ;
- Télétravailler dans la mesure du possible.

⁵ Voir fiche patients de Santé Publique France

⁶ Accessible à l'adresse suivante [Accueil | Lister mes cas contacts \(ameli.fr\)](#)

⁷ Voir fiche patients de Santé Publique France

⁸ Confirmé par courrier du 12 mars 2022

En outre, les personnes contacts à risque doivent réaliser un test (TAG, RT-PCR ou autotest) à J+2 de la notification du statut de contact. Un résultat positif de test antigénique ou d'autotest doit nécessairement être confirmé par un test RT-PCR. Dans l'attente du résultat de confirmation, la personne est considérée comme cas positif et entame sa période d'isolement.

S'agissant de l'utilisation de TousAntiCovid :

- L'installation de l'application TousAntiCovid sur son téléphone, ainsi que l'activation de la fonction de *contact tracing* et de *Bluetooth* sont recommandées, afin d'informer les personnes d'un risque de transmission du virus à la suite d'un contact à risque avec une personne testée positive au SARS-CoV-2 et d'accélérer leur prise en charge ;
- Par ailleurs, l'application permet de conserver ses certificats de vaccination, de test et de rétablissement en cas de besoin lors des voyages ou pour accéder aux établissements de santé et médico-sociaux qui sont soumis au passe sanitaire.

S'agissant des recommandations spécifiques pour les personnes fragiles :

Si l'ensemble de la population est susceptible de contracter la maladie, certaines personnes sont plus à risque de développer une forme grave de la COVID-19 (personnes âgées, personnes malades ou immunodéprimées). Il leur est recommandé, ainsi qu'à leurs proches, de respecter avec une vigilance particulière l'ensemble des mesures barrières et des recommandations mentionnées préalablement. Il est également recommandé aux personnes plus vulnérables de :

- Être à jour de leur rappel, et pour les personnes immunodéprimées (sur avis médical) et les plus de 80 ans, de recevoir une 4^{ème} dose, 3 mois après le premier rappel
Porter un masque chirurgical ou FFP2 dans les milieux clos ;
- Se tester dans une logique d'auto-surveillance, via la réalisation régulière d'autotests ;
- En cas d'infection, surveiller leur santé pour prévenir une potentielle aggravation des symptômes, en demandant conseil à leur médecin, notamment s'agissant des traitements disponibles ;
- Continuer le suivi et le traitement de leurs autres pathologies, en lien avec leur médecin.

RECOMMANDATIONS POUR LES ÉTABLISSEMENTS RECEVANT DU PUBLIC :

S'agissant des mesures générales et d'information :

La diffusion par voie d'affichage ou d'annonce sonore des recommandations sanitaires est fortement recommandée.

Les responsables des sites et d'établissements sont fortement encouragés à mettre à la disposition des visiteurs l'ensemble des moyens permettant le bon respect des recommandations de santé publique aux niveaux individuel et collectif.

S'agissant des mesures d'hygiène :

La mise à disposition de gel hydro-alcoolique est recommandée à l'entrée et à la sortie des transports, des lieux de travail, des établissements recevant du public ou encore dans les sanitaires. Une information claire relative aux moyens mis à disposition du public est à privilégier (présence de points d'eau et de savon ou gel hydro-alcoolique en libre accès).

S'agissant de la ventilation des lieux clos :

L'aération/ventilation est une mesure importante de réduction du risque de transmission et contribue, de manière générale, à l'amélioration de la qualité de l'air. Il est donc fortement recommandé :

- D'aérer les locaux par une ventilation naturelle (portes et/ou fenêtres ouvertes autant que possible, idéalement en permanence si les conditions le permettent et au minimum 10 minutes toutes les heures) ou mécanique en état de fonctionnement. Lorsque cela est possible, il convient de privilégier une ventilation de la pièce par deux points distincts (porte et fenêtre par exemple) ;
- D'effectuer la mesure du dioxyde de carbone (gaz carbonique – CO₂) dans l'air (indice ICONE de confinement⁹) en privilégiant dans les lieux collectifs l'installation de capteurs de CO₂ ;
- De vérifier l'absence d'obstacles au bon fonctionnement de la diffusion de l'air dans les locaux.

⁹ Une mesure de CO₂ supérieure à un seuil de 800 ppm doit conduire à agir en termes d'aération/renouvellement d'air et/ou de réduction du nombre de personnes admises dans la pièce. Au-delà de 1000 ppm, l'évacuation du local doit être proposée le temps d'une aération suffisante pour retrouver des niveaux de CO₂ inférieurs à 800 ppm. La mesure du CO₂ dans l'air doit être effectuée à des endroits significatifs de la fréquentation et à des périodes de réelle fréquentation chargée.

S'agissant du nettoyage des surfaces :

Les particules diffusées dans l'air se déposant sur les surfaces, il est important d'effectuer un nettoyage régulier :

- Avec des produits détergents-désinfectants respectant la norme virucide (norme NF-14476) ;
- De procéder à la désinfection après usage des équipements partagés (claviers, audioguides, casques audio et autre dispositif de ce type) ;
- De désinfecter des surfaces et points de contact fréquemment touchés par le public et le personnel : poignées de porte, rampes d'escalier, boutons d'ascenseur, robinets d'eau des toilettes et sanitaires, zones de paiement, banque d'accueil, interrupteurs etc. ;
- De décliner un plan de service de nettoyage périodique avec suivi, assurant le nettoyage désinfectant systématique de toutes les surfaces des mobiliers, matériels et ustensiles sujets aux contacts corporels et susceptibles de pouvoir être contaminés.

RECOMMANDATIONS POUR LES GRANDS EVENEMENTS ET SITES SUSCEPTIBLES DE DONNER LIEU A UN BRASSAGE DE POPULATION IMPORTANT :

En complément des mesures précédemment énoncées, la désignation d'un référent COVID est à privilégier, afin qu'il veille à la mise en œuvre et au respect des présentes recommandations et assure la gestion des procédures de prise en charge de cas et des contacts à risque.

Il est suggéré d'assurer une communication de ces informations sanitaires auprès du public par tous moyens :

- Communication numérique : information via le site internet des manifestations, les billets électroniques, les mails de réservation etc. ;
- Indications données par les employés ;
- Annonces sonores.

En lien avec l'Agence régionale de santé et si la situation sanitaire locale l'exigeait, le préfet est en mesure de prendre des mesures spécifiques destinées à protéger la population.