



# Que faire si vous avez été testé positif au coronavirus (COVID-19)

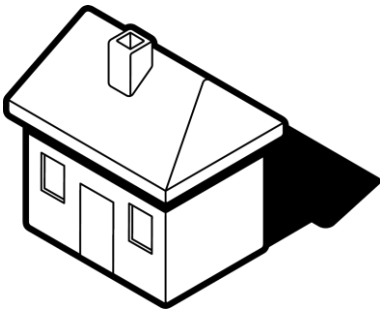
What to do if you've tested positive for coronavirus (COVID-19) – French

## Si vous avez été testé positif au coronavirus (COVID-19)

**Vous devez vous isoler jusqu'à ce que le Département de la Santé et des Services Sociaux vous informe que c'est sans risques. Il est important que vous suiviez ces instructions - comme l'exige la loi.**

Pour plus d'informations, contactez la hotline du coronavirus au **1800 675 398** (24 heures sur 24, 7 jours sur 7).

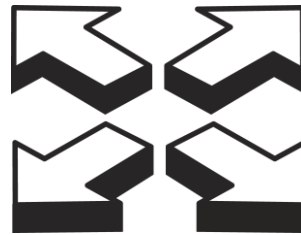
Si vous appelez la hotline du coronavirus, vous pouvez accéder à un interprète en choisissant l'option zéro (0). Pour tout autre appel, si vous avez besoin d'un interprète, appelez d'abord le TIS National au **131 450**.



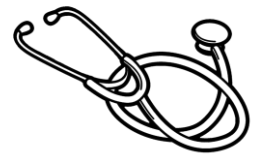
**Restez à la maison**



**Lavez-vous les mains et couvrez-vous la bouche quand vous toussiez et éternuez**



**Isolez-vous de votre famille et de vos amis**



**Si vous avez besoin d'une aide médicale, appelez votre médecin ou la hotline**

## Pourquoi dois-je m'isoler ?

Vous avez été testé positif au coronavirus et devez vous isoler car il y a de fortes chances que le virus se propage à d'autres personnes. La meilleure façon de protéger votre famille et la communauté est de rester à la maison et loin des autres (distanciation physique). L'isolement peut être stressant, mais il peut aider à arrêter la propagation du coronavirus.

L'isolement signifie que vous ne devez pas quitter votre domicile ou votre logement, sauf pour des soins médicaux ou en cas d'urgence. Vous ne pouvez pas quitter votre domicile pour faire de l'exercice. Vous pourriez être condamné à une amende allant jusqu'à 4 957 \$ si vous quittez votre domicile alors que vous devez vous isoler. Restez à la maison, restez en sécurité.

Si quelqu'un d'autre que vous connaissez présente des symptômes, il doit se faire tester et rester à la maison.

## Où dois-je m'isoler ?

Vous devez vous rendre immédiatement à l'endroit où vous allez vous isoler, sans faire aucun arrêt. Il s'agit généralement de votre propre domicile, mais le département de la Santé et des Services Sociaux peut vous permettre de vous isoler à un autre endroit approprié.

Vous devez immédiatement vous rendre à l'endroit où vous allez vous isoler.

## Qui dois-je prévenir ?

Après avoir été informé de votre résultat positif au test, vous devez en informer votre employeur et vous pouvez informer vos contacts proches. Un « contact étroit » est une personne à qui vous avez peut-être transmis le virus, cela peut inclure les personnes avec lesquelles vous vivez, travaillez en étroite collaboration ou avec qui vous étiez lors d'une réunion sociale.

Les personnes avec lesquelles vous vivez devront également s'isoler, car il y a de fortes chances qu'elles aient le coronavirus. Cela inclut les enfants.

## Que se passe-t-il après un test positif ?

L'équipe de santé publique vous parlera des personnes avec lesquelles vous avez eu des contacts. L'équipe de santé publique contactera les personnes considérées comme des contacts étroits. Ils noteront où vous vous isolez et qui vit avec vous.

L'équipe de santé publique restera en contact avec vous régulièrement. Vous pouvez toujours les contacter si vous avez besoin d'aide supplémentaire ou si vous avez d'autres questions sur la sécurité et la santé. Vous devez rester isolé jusqu'à ce que l'équipe vous donne l'autorisation de sortir.

## Comment rester en sécurité

Vous ne devez pas quitter votre domicile ou votre logement, sauf pour consulter un médecin ou en cas d'urgence.

- Séparez-vous des autres personnes de votre maison en restant dans une pièce séparée.
- Lavez-vous les mains régulièrement et couvrez-vous la bouche quand vous toussiez et éternuez.
- Portez un masque chirurgical lorsque vous êtes dans la même pièce que d'autres personnes et gardez une distance de 1,5 mètre d'eux.
- Utilisez une salle de bain séparée, si possible.
- Évitez de partager des articles ménagers (y compris des assiettes, des tasses et des couverts).
- Nettoyez les surfaces de la maison (dessus de table, portes, claviers, robinets et poignées).
- Portez un masque chirurgical et des gants jetables lors de la manipulation d'articles souillés.
- Jetez les articles contaminés comme les gants et les masques dans une poubelle double.
- Ne recevez personne à l'intérieur de votre maison ou de votre logement.
- Si vous vivez dans une maison ou un appartement privé, vous pouvez vous rendre dans votre jardin ou sur votre balcon. Vous devez porter un masque chirurgical lorsque vous vous déplacez dans votre logement.

Demandez à vos amis ou à votre famille, qui ne sont pas obligés de s'isoler, de vous procurer de la nourriture ou d'autres produits de première nécessité.

Vous pourriez être condamné à une amende allant jusqu'à 4 957 \$ si vous quittez votre domicile alors que vous devez vous isoler. Restez à la maison, restez en sécurité.

## Suivez de près vos symptômes

Si vos symptômes empirent mais ne sont pas graves, appelez votre médecin. S'il s'agit d'une urgence médicale (par exemple, difficulté à respirer), appelez le 000 et demandez une ambulance. Informez les ambulanciers que vous avez le coronavirus (COVID-19).

## Veillez à votre bien-être

L'isolation peut être difficile, en particulier pour les enfants.

- Parlez aux autres membres du ménage. Comprendre les informations sur le COVID-19 réduira l'anxiété.
- Arrangez-vous avec votre employeur pour travailler à domicile, si possible.
- Aidez votre enfant à apprendre à la maison. Accéder aux ressources en ligne disponibles.
- Restez en contact avec votre famille et vos amis par téléphone, e-mail ou médias sociaux.
- N'oubliez pas que l'isolement ne durera pas longtemps.
- Accédez à des ressources en ligne, notamment des conseils sur le sommeil, le bien-être et l'exercice à la maison. Des vidéos sont disponibles sur le [Wellbeing Victoria](https://www.together.vic.gov.au/wellbeing-victoria) <<https://www.together.vic.gov.au/wellbeing-victoria>>.

Si vous n'y arrivez pas, parlez-en à votre médecin ou contactez le :

- [Lifeline Australia](https://www.lifeline.org.au/) <<https://www.lifeline.org.au/>>, téléphone: **13 11 14**  
Un service de support de crise qui vous accompagne à tout moment.
- [Beyond Blue](https://www.beyondblue.org.au/) <<https://www.beyondblue.org.au/>>, téléphone : **1300 22 4636**  
Ils fournissent une aide spécialisée aux personnes en isolation.
- [Kids Helpline](https://www.kidshelpline.com.au/) <<https://www.kidshelpline.com.au/>>, téléphone : **1800 551800**  
Un service de conseil gratuit et confidentiel pour les jeunes.

## Des supports sont disponibles

Un paiement unique de 1500 \$ est disponible pour soutenir les travailleurs Victoriens éligibles qui ont été diagnostiqués du coronavirus ou qui sont un contact étroit d'un cas confirmé. Pour plus d'information, rendez-vous sur [Paiement de Congé en Cas de Pandémie](https://www.servicesaustralia.gov.au/individuals/services/centrelink/pandemic-leave-disaster-payment) <<https://www.servicesaustralia.gov.au/individuals/services/centrelink/pandemic-leave-disaster-payment>>.

Des colis de secours d'urgence contenant de la nourriture et des articles personnels sont disponibles si vous ne pouvez pas obtenir de l'aide depuis des amis ou des membres de votre famille.

Pour plus d'informations sur les programmes de soutien et d'aide d'urgence ou pour obtenir de l'aide pour faire vos courses, consultez le site [DHHS.vic. – La quarantaine et l'isolation](https://www.dhhs.vic.gov.au/self-quarantine-coronavirus-covid-19) <<https://www.dhhs.vic.gov.au/self-quarantine-coronavirus-covid-19>> ou appelez la hotline du Coronavirus au **1800 675 398**.

## Informations pour les soignants et les autres membres du ménage

Si vous vous occupez d'un membre de votre famille malade, vous devez prendre certaines mesures importantes pour assurer la sécurité de tout le monde à la maison :

- Assurez-vous que la personne malade reste dans une pièce, loin des autres personnes.
- Gardez la porte fermée et les fenêtres ouvertes, si possible.
- Gardez le nombre de soignants au minimum.

- Lavez-vous toujours les mains avec de l'eau et du savon ou utilisez un désinfectant pour les mains avant et après être entré dans la pièce.
- Gardez la vaisselle et les ustensiles de la personne malade séparés du reste de la maison.
- Si disponible, portez un masque chirurgical (masque facial à usage unique) lorsque vous vous trouvez dans la chambre de la personne malade. Si vous n'avez pas de masque chirurgical, utilisez plutôt un masque facial, tel qu'un foulard ou un bandana.
- Nettoyez et désinfectez régulièrement les surfaces au toucher telles que les dessus de table, les portes, les claviers, les robinets et les poignées.
- Jetez les mouchoirs et les masques dans un sac en plastique scellé.
- Portez un masque et des gants lors de la manipulation des linges et lavez à la température la plus élevée.
- Ne recevez pas de visiteurs.

Si la personne commence à se sentir plus mal, appelez la hotline du coronavirus au **1800 675 398** pour obtenir des conseils. Si vous devez consulter votre médecin, appelez à l'avance pour qu'il puisse se préparer.

## Surveiller de près les symptômes

Si la personne dont vous vous occupez présente des symptômes graves, tels que des difficultés respiratoires, appelez le **triple zéro (000)** et demandez une ambulance.

Si quelqu'un d'autre présente des symptômes, il doit se faire tester et rester à la maison.

Faites-vous tester si vous présentez l'un de ces symptômes : fièvre, frissons ou sueurs, toux ou mal de gorge, essoufflement, écoulement nasal, perte de l'odorat ou du goût.

### To find out more information about coronavirus and how to stay safe visit

[DHHS.vic – coronavirus disease \(COVID-19\)](https://www.dhhs.vic.gov.au/coronavirus) <<https://www.dhhs.vic.gov.au/coronavirus>>

If you need an interpreter, call TIS National on 131 450

For information in other languages, scan the QR code or visit

[DHHS.vic –Translated resources - coronavirus \(COVID-19\)](https://www.dhhs.vic.gov.au/translated-resources-coronavirus-covid-19)

<<https://www.dhhs.vic.gov.au/translated-resources-coronavirus-disease-covid-19>>



For any questions

**Coronavirus hotline 1800 675 398 (24 hours)**

Please keep Triple Zero (000) for emergencies only

To receive this document in another format phone 1300 651 160 using the National Relay Service 13 36 77 if required, or [email Emergency Management Communications](mailto:covid-19@dhhs.vic.gov.au) <covid-19@dhhs.vic.gov.au>.

Authorised and published by the Victorian Government, 1 Treasury Place, Melbourne.

© State of Victoria, Australia, Department of Health and Human Services, updated 10 August 2020.

Available at [DHHS.vic –Translated resources - coronavirus \(COVID-19\)](https://www.dhhs.vic.gov.au/translated-resources-coronavirus-disease-covid-19) <<https://www.dhhs.vic.gov.au/translated-resources-coronavirus-disease-covid-19>>