



Cégep de
Baie-Comeau

Guide COVID-19 destiné à la population étudiante

Pour une rentrée en toute sécurité!

Session d'hiver 2022

Version à jour en date du 13 janvier 2022

TABLE DES MATIERES

INTRODUCTION	3
PRÉSENCE DES ÉTUDIANTES ET DES ÉTUDIANTS AU CÉGEP	3
ÉQUIPEMENTS DE PROTECTION INDIVIDUELLE	4
L'ARRIVÉE AU CÉGEP	4
DISTANCIATION PHYSIQUE.....	6
RÈGLES D'HYGIÈNE DE BASE.....	7
MANIPULATION ET ENTRETIEN DES ÉQUIPEMENTS DE PROTECTION INDIVIDUELLE	7
EN CLASSE OU EN LABORATOIRE	8
STRESS, ANXIÉTÉ ET DÉPRIME ASSOCIÉS À LA COVID-19.....	8
CONCLUSION	9

ANNEXES

Fiche d'aide à la décision en cas de symptômes

Fiche d'aide à la décision sans symptômes (contact avec un cas confirmé)

INTRODUCTION

Voici un guide rassemblant toutes les informations à jour relatives à la COVID-19. Ce guide vous permettra de bien vous préparer aux règles sanitaires à suivre lors de votre présence au cégep. Il se veut votre référence tant sur le plan de la distanciation physique, du port d'équipements de protection individuelle, des symptômes à surveiller, que sur tout autre élément à ne pas oublier pour une rentrée en toute sécurité.

Pour toute question en lien avec le déroulement des activités et des services offerts au cégep, bien vouloir vous référer à la foire aux questions disponibles sur la page d'accueil du site Web au cegepbc.ca.

PRÉSENCE DES ÉTUDIANTES ET DES ÉTUDIANTS AU CÉGEP

Nous demandons à la population étudiante de limiter leur présence au cégep **à la tenue de leurs cours qui ne se donnent pas à distance**. Certaines exceptions s'appliquent, telles qu'un rendez-vous avec une ou un professionnel, l'impossibilité de retourner à la maison entre les cours, le besoin d'utiliser un logiciel spécialisé, le besoin d'utiliser un ordinateur à des fins pédagogiques ou le nonaccès à un ordinateur à la maison.

Sachez que :

- En tout temps, le port du masque médical (de procédure) et le respect de la distanciation physique sont obligatoires.
- L'accès à la zone des casiers demeure possible, avec le respect des consignes ci-dessus.
- L'accès au stade et à la salle de conditionnement physique est interdit, excepté pour les cours d'éducation physique.
- L'accès à la bibliothèque est autorisé pour des besoins de prêts de livres ou de références.
- Des espaces de travail seront prévus au CVE et au Kibboutz. Ceux-ci seront accessibles du lundi au vendredi de 7 h 30 à 18 h.
- Les étudiants pourront dîner au cégep, mais ils devront apporter un repas. Des micro-ondes seront disponibles. Il n'y aura pas de service alimentaire.
- Si, dans le cadre de leurs travaux, les étudiants doivent avoir accès à un laboratoire informatique en dehors des heures de cours, ils doivent respecter les règles de distanciation et le port des équipements de protection individuelle, à défaut de quoi ils verront ce privilège leur être retiré.

ÉQUIPEMENTS DE PROTECTION INDIVIDUELLE

Pour tous les nouveaux étudiants à la session d'hiver 2022 ou pour ceux qui étaient présents à l'automne 2021 et qui n'ont pas réclamé leur paire de lunettes gratuite, il est possible de le faire auprès de M^{me} Karine Harrisson, au Service des ressources matérielles, au local A-128. Des lunettes de protection sont également en vente à la coopérative étudiante du cégep. **Les équipements perdus ou brisés ne seront pas remplacés par le Cégep.**

Des masques médicaux (de procédure) sont disponibles à l'entrée du cégep. Le port d'un couvre-visage artisanal n'est pas accepté.

L'ARRIVÉE AU CÉGEP

1. Vous devez **OBLIGATOIREMENT** accéder au cégep par l'entrée principale.
2. **Bonne nouvelle, vous n'aurez plus besoin de remplir quotidiennement le formulaire d'état de santé lors de votre arrivée au cégep!**
3. Toutefois, chaque jour, avant votre arrivée, vous devrez personnellement évaluer votre état de santé.
4. Vous désinfectez les mains à l'aide des distributrices qui sont disponibles à l'entrée principale.
5. **Porter le masque médical (de procédure) dès votre arrivée et chaque fois que vous circulerez dans le cégep.**

Vous devez vous isoler préventivement et effectuer un test rapide si vous ressentez :

➔ **UN** symptôme parmi la liste suivante :

- Fièvre
- Apparition ou aggravation d'une toux
- Essoufflement
- Difficultés respiratoires
- Perte soudaine de l'odorat sans congestion nasale (avec ou sans perte de goût)
- Mal de gorge

OU

➔ **DEUX** symptômes parmi la liste suivante :

- Maux de ventre
- Nausées ou vomissements
- Diarrhée
- Grande fatigue inhabituelle, sans raison évidente
- Perte d'appétit importante

- Douleurs musculaires généralisées ou mal de tête inhabituel (non lié à un effort physique)
- Nez qui coule ou congestion nasale de cause **inconnue**

OU

➔ **Si vous avez été identifié comme contact à risque élevé d'un cas confirmé de COVID-19.**

Aussi, vous devez IMMÉDIATEMENT remplir la déclaration de l'état de santé dans la section *Formulaire d'Omnivox* et vous référer aux fiches d'aide à la décision se trouvant en annexe :

Vous êtes dans l'obligation de déclarer la présence des symptômes énumérés précédemment et de nous informer de toutes consignes d'isolement reçues de la Santé publique.

Vous ne pouvez pas vous présenter au cégep si vous êtes en attente d'un résultat de test de dépistage en raison de symptômes pour la COVID-19 et/ou si vous avez reçu une consigne d'isolement. Vous devez vous référer aux outils à la prise de décision se trouvant en annexe.

De plus, il importe d'aviser RAPIDEMENT vos ENSEIGNANTS PAR MIO et convenir des mesures d'accommodement possibles et ne pas prendre de retard pour ainsi favoriser votre réussite scolaire.

Si vous avez respecté les consignes d'isolement, que vous êtes négatif, et ce, même si quelques symptômes sont encore présents, vous pouvez vous présenter en classe, mais vous devez porter une attention particulière aux mesures d'hygiène :

- Prévoyez des masques en quantité suffisante afin de pouvoir les changer régulièrement.
- Désinfectez-vous très régulièrement les mains.
- Toussez dans votre coude et ne laissez pas traîner de mouchoir sur votre bureau.

Pour définir la durée de l'isolement et pour en savoir plus sur les tests de dépistage, vous pouvez consulter en tout temps la section suivante du site officiel du gouvernement du Québec sur les mesures en vigueur. Celles-ci peuvent être appelées à changer rapidement et régulièrement.

 [Quand faut-il s'isoler \(COVID-19\) | Gouvernement du Québec \(quebec.ca\)](https://www.quebec.ca/quebec/fr/actualites/2020/11/quand-faut-il-s-isoler-covid-19) 

Nous vous suggérons fortement d’aller vous procurer en pharmacie, dès que possible, vos cinq (5) tests gratuits de dépistage afin d’être en mesure de tester rapidement votre état.

Il est à noter que la liste des symptômes à évaluer peut évoluer en cours de session. La version à jour de cette liste sera disponible sur Omnivox afin que vous puissiez adéquatement évaluer votre état de santé.

Port du masque :

- Un masque médical (de procédure) vous est fourni à votre arrivée au cégep.
- Vous devez changer votre masque aux 4 heures et, au besoin, le changer plusieurs fois par jour (par exemple je coule du nez).
- Il devra être porté par les étudiants en continu à l’intérieur, et ce, même si la distanciation est respectée et qu’il y a présence d’une barrière physique.
- À l’extérieur, le port du masque est requis lorsque des interactions à moins de 2 mètres sont inévitables.
 - Si des avertissements concernant le port du masque doivent être répétés par le personnel auprès d’un étudiant, celui-ci pourrait être dirigé directement à la Direction des études et être suspendu sur le champ.

DISTANCIATION PHYSIQUE

Ce qu’il faut retenir :

- Aucune distanciation physique n’est exigée entre les étudiants dans les salles de classe (port du masque en tout temps).
- Une distance de 2 mètres est cependant exigée dans certains cas particuliers, par exemple, dans les salles d’entraînement et pour certaines activités, comme les cours de chant.
- Dans les aires communes de l’établissement, une distance d’un (1) mètre doit idéalement être maintenue entre les étudiants, lorsque possible. Le mobilier dans les aires communes a été aménagé en considérant cette recommandation et il ne vous est pas possible de le déplacer.

RÈGLES D'HYGIÈNE DE BASE

Il importe d'appliquer ces règles d'hygiène chaque jour :

- Se laver ou se désinfecter les mains régulièrement : à l'arrivée au cégep, lors de l'entrée dans une salle de classe, puis aussi souvent que requis par la suite (après être allé à la salle de bain ou après s'être mouché, par exemple).
- Se tousser dans le coude.
- Jeter ses mouchoirs après usage.
- Apporter une bouteille d'eau réutilisable. Il ne sera pas possible de boire à même les abreuvoirs, ils seront seulement disponibles pour remplir votre bouteille.

MANIPULATION ET ENTRETIEN DES ÉQUIPEMENTS DE PROTECTION INDIVIDUELLE

Masque médical (de procédure) :

- Désinfectez vos mains avant de mettre votre masque médical (de procédure).
- Assurez-vous de ne toucher que les cordons ou élastiques qui tiennent le masque médical (de procédure) à vos oreilles lors de sa manipulation. Si vous devez toucher votre masque médical (de procédure), vous devez avoir les mains propres.
- Ajustez votre masque médical (de procédure) au niveau du nez et du menton : il doit couvrir la totalité de cette partie de votre visage.
- Pour ranger votre masque médical (de procédure), manipulez-le par les élastiques ou les cordons et pliez-le en deux de sorte que seule la face extérieure soit visible.
- Pensez à conserver un petit sac, un mouchoir ou un petit contenant propre afin de ranger votre masque médical (de procédure) lorsque vous ne l'utilisez pas.
- Les masques médicaux (de procédure) peuvent être utilisés pour une période de quatre heures. Vous devez le changer s'il est humide, souillé ou endommagé.

Voici une courte vidéo explicative : <https://www.youtube.com/watch?v=2y3RKBKK6c>

Visière ou lunettes de sécurité :

- Désinfectez vos mains avant de mettre votre visière ou votre paire de lunettes.
- Assurez-vous de ne toucher que le cerceau de votre visière lorsque vous la mettez et tentez de ne manipuler que les branches de votre paire de lunettes.
- Nettoyez-les régulièrement avec de l'eau et du savon.

EN CLASSE OU EN LABORATOIRE

- Le masque médical (de procédure) est obligatoire.
- Chaque classe est équipée d'un distributeur de gel désinfectant à l'entrée. **La désinfection des mains est obligatoire** à l'entrée dans la classe et avant de prendre la lingette et le vaporisateur pour désinfecter votre surface de travail.
- **Il est de votre responsabilité de désinfecter votre surface de travail avant de quitter une salle de classe.**
- Pour les laboratoires à l'extérieur, le port du masque est obligatoire sauf si les participants respectent la distanciation physique de 2 mètres. Le masque devra être porté en tout temps lors d'activités nécessitant des rapprochements. S'il y a trop de confusion pour la gestion des distances, **l'enseignant peut exiger le port du masque en tout temps.**
- S'il y a prêt d'équipement bien vouloir le désinfecter avant et après usage.

STRESS, ANXIÉTÉ ET DÉPRIME ASSOCIÉS À LA COVID-19

Nous vivons actuellement une situation exceptionnelle et celle-ci peut amener des émotions difficiles à gérer. Sachez que des professionnels peuvent vous aider en tout temps. N'hésitez pas à demander de l'aide.

Le service de psychologie et de relation d'aide vous offre la possibilité de rencontrer la psychologue du cégep ou la technicienne en travail social pour discuter de tout problème de nature scolaire, personnelle, familiale ou sociale que vous vivez. Il peut s'agir d'une difficulté à gérer votre stress, d'un conflit interpersonnel, d'anxiété sociale, d'un problème amoureux, d'un trouble de santé mentale ou autre.

En toute confidentialité, la personne que vous rencontrerez évaluera vos besoins, vous aidera dans vos difficultés ou vous réfèrera vers une autre ressource, au besoin.

Pour consulter, **deux options** s'offrent à vous :

1. Rencontre sans rendez-vous

Catherine Deschênes-Bérubé, *technicienne en travail social*

Local A-162

418 589-5707 / 1 800 463-2030, poste 351

cdeschenesberube@cegepbc.ca

2. Rencontre avec rendez-vous

Remplir le [formulaire suivant](#) ou écrire un message Omnivox

à Andrée-Anne Provençal, *psychologue*

Renseignements sur le service de psychologie et de relation d'aide :

Andrée-Anne Provençal, *psychologue*

Téléphone: 418 589-5707 / 1 800 463-2030, poste 256

aaprovençal@cegepbc.ca

CONCLUSION

Le Cégep de Baie-Comeau a mis en place des mesures sanitaires strictes, répondant à ses obligations en vertu de la CNESST et aux directives de la Direction de santé publique. Ce guide pourrait être appelé à évoluer au cours de la session ou de l'année scolaire. Toute consigne qui n'est pas claire pour vous doit être discutée avec la personne responsable de la santé et de la sécurité, M^{me} Pascale St-Pierre, au poste 109 ou à l'adresse suivante : pstpierre@cegepbc.ca.

Pascale St-Pierre, CRHA

Coordonnatrice des ressources humaines

Étudiant avec symptômes



Si je présente **UN** des symptômes suivants s'apparentant à la COVID-19 : fièvre, apparition ou aggravation d'une toux, essoufflement, difficultés respiratoires, perte soudaine de l'odorat sans congestion nasale (avec ou sans perte de goût).

OU

Si je présente **DEUX** des symptômes suivants s'apparentant à la COVID-19 : maux de ventre, nausées ou vomissements, diarrhées, grande fatigue, perte d'appétit importante, douleurs musculaires généralisées ou mal de tête, nez qui coule ou congestion nasale de cause inconnue.

Je ne me présente pas au cégep, ni à d'autres activités organisées par le Cégep...

- Je demeure à mon domicile et j'évite les contacts avec d'autres personnes
- Je complète le formulaire « DÉCLARATION DE L'ÉTAT DE SANTÉ » disponible sous l'onglet « Formulaires » dans Omnivox.
- **J'APPELLE LA LIGNE INFO-COVID : 1 877 644-4545**

J'avise rapidement...

Mes enseignants par MIO et je conviens des mesures d'accommodement possibles pour ne pas prendre de retard et ainsi favoriser ma réussite scolaire. **Si ma santé le permet, je poursuis ma formation à distance.**

Attention : pour que mon absence soit officiellement motivée, le formulaire « DÉCLARATION DE L'ÉTAT DE SANTÉ » doit avoir été dûment transmis.

Lors de mon appel à la ligne INFO-COVID, on me recommande de faire un test de dépistage rapide.

Résultat positif

Je transmets le résultat de mon test rapide par courriel à l'adresse covid@cegepbc.ca (en mentionnant mon nom et mon numéro d'étudiant) et je me réfère aux [Consignes à suivre pour la personne atteinte de la COVID-19 | Gouvernement du Québec \(quebec.ca\)](#).

Résultat négatif

Je demeure en isolement, je surveille mes symptômes et je refais un second test rapide 24 heures après le premier test.

Si le résultat est toujours négatif et que mes symptômes s'amenuisent, je peux reprendre mes activités.

Je transmets les résultats de mes deux tests à l'adresse courriel covid@cegepbc.ca (en mentionnant mon nom et mon numéro d'étudiant).

Pour toute question, je m'adresse à :
Mme Lise Doucet, au 418 589-5707, poste 328.



Étudiant sans symptômes

ayant été en contact avec un cas confirmé

J'ai été en contact avec le cas confirmé dans les 48 heures précédant l'apparition de ses symptômes (ou dans les 48 heures précédant la date d'obtention de son résultat positif, si le cas n'avait pas de symptômes).

Premières étapes

- Je demeure à mon domicile et j'évite les contacts avec d'autres personnes
- **Je complète le formulaire « DÉCLARATION DE L'ÉTAT DE SANTÉ » disponible sous l'onglet « Formulaires » dans Omnivox.**
- **J'APPELLE LA LIGNE INFO-COVID : 1 877 644-4545**

La Santé publique pourra déterminer le type de contact que j'ai eu avec le cas confirmé.

Contact à risque élevé 1

- Personne qui vit sous le même toit qu'un cas confirmé.
- Partenaire sexuel, couple qui ne partage pas le même domicile.
- Personne exposée à un cas confirmé, à l'intérieur, dans un espace restreint (ex. : voiture, cubicule, rassemblement festif dans une pièce ne permettant pas la distanciation), sans le port du masque, soit par la personne positive ou par la personne qui a été en contact.

Les 5 jours (10 jours si non adéquatement vacciné) suivant mon dernier contact avec le cas confirmé, je dois :

- m'isoler de manière préventive à mon domicile;
- surveiller mes symptômes.

Pour les contacts à risque élevé, l'isolement doit être réalisé même en l'absence de symptômes, et même en cas de résultat négatif à un test de dépistage.

Contact à risque modéré 2

- Personne qui a été en contact avec un cas confirmé à moins de 2 mètres pendant au moins 15 minutes (ex. : équipes sportives, repas au restaurant), sans le port du masque, soit par la personne positive ou par la personne qui a été en contact.

Les 5 jours (10 jours si non adéquatement vacciné) suivant mon dernier contact avec le cas confirmé, je dois :

- surveiller mes symptômes;
- éviter les contacts sociaux, particulièrement avec les personnes vulnérables;
- porter un masque lors de toute interaction sociale.

Contact à risque faible 3

- Personne qui a été en contact avec un cas confirmé à moins de 2 mètres pendant au moins 15 minutes, avec le port du masque par la personne positive et la personne qui a été en contact.

- Surveiller mes symptômes pendant 10 jours après mon dernier contact avec le cas confirmé.

En cas d'isolement ...

J'avise mes enseignants et je conviens des mesures d'accommodement possibles pour ne pas prendre de retard et ainsi favoriser ma réussite scolaire.

Attention : pour que mon absence soit officiellement motivée, le formulaire « DÉCLARATION DE L'ÉTAT DE SANTÉ » doit avoir été dûment transmis.

! Si des symptômes apparaissent...

Je suis les directives indiquées dans l'outil d'aide à la décision « Étudiant avec symptômes ».

Pour toute question, je m'adresse à :
Mme Lise Doucet, au 418 589-5707, poste 328.