**AUTO-ISOLEMENT (Quarantaine)** signifie qu’il faut rester chez soi, ne pas sortir de son logement, et éviter tout contact avec d’autres personnes afin de prévenir la propagation de la maladie à

d’autres personnes, et ce même s’il y a absence de symptômes. L’auto-isolement est décrété par les 2 paliers gouvernementaux et est une responsabilité individuelle. Toutefois, le Service de logement sera là pour vous épauler.

# Qui doit s’auto-isoler ?

L’auto-isolement de 14 jours est obligatoire\* si :

* Vous arrivez en provenance de l’international et vous n’avez pas reçu vos deux doses du vaccin;
* Vous arrivez en provenance de l’extérieur du Nouveau-Brunswick et de la bulle Atlantique (Nouvelle-Écosse, l’Île-du-Prince-Édouard, Terre-Neuve et Labrador, Première Nation de Listuguj, région d’Avignon au Québec, région du Témiscouata au Québec) et que vous n’avez pas reçu votre première dose du vaccin;
* Vous avez été en contact étroit avec une personne qui est ou pourrait être atteinte de la COVID-19;
* Vous avez été informé par un représentant de Santé publique, un fournisseur de soins de santé ou un agent de la paix que vous devez actuellement vous isoler;
* Vous attendez de subir un test de dépistage de la COVID-19 ou le résultat de votre test de dépistage;
* Vous avez deux symptômes ou plus de la COVID-19, même s’ils sont légers (fièvre dépassant 38oC, nouvelle toux ou toux chronique qui s’aggrave, écoulement nasal, mal de tête, mal de gorge, fatigue nouvellement apparue, nouvelles douleurs musculaires, diarrhée, perte de goût, perte de l’odorat ou un enfant dont les doigts ou les orteils sont mauves, même si c’est le seul symptôme).

*\*Selon l’arrêté obligatoire du gouvernement, un agent de la paix peut imposer une amende à un individu refusant de s’auto-isoler et le cas pourrait être porté devant les tribunaux. Le locataire qui refuse de s’auto-isoler pourrait être passible d’une amende et se voir expulser des logements universitaires.*

# Où puis-je faire mon auto-isolement ?

Si vous avez un contrat de location du Service de logement ou s’il a été déterminé que vous devez faire votre auto-isolement en logement universitaire, vous devez faire votre auto-isolement à la résidence Louis-Cyr (le lieu d’auto-isolement est déterminé par le Service de logement).

***SI VOUS PRÉSENTEZ UN OU DES SYMPTÔMES, ISOLEZ-VOUS DES AUTRES LE PLUS RAPIDEMENT POSSIBLE !***

# Avant votre arrivée

Voici ce que vous devez faire avant votre arrivée:

* Vous devez nous informer de votre date exacte d’arrivée;
* Vous devez avoir rempli le [Formulaire d’auto-isolement](https://www.umoncton.ca/covid-19/auto-isolement) de l’Université de Moncton;
* Votre plan d’auto-isolement doit avoir été accepté par les instances institutionnelles;
* Vous devez nous faire parvenir une copie signée de ce protocole d’auto-isolement.

# À votre arrivée

**Vous ne devez pas vous arrêter nulle part en vous rendant à votre logement**. Vous devrez également porter votre propre masque durant votre trajet vers votre lieu de quarantaine et assurer une distance d’au moins 2 mètres avec toute personne lorsque possible.

# Quelles sont les mesures à prendre durant mon auto-isolement ?

* **Porter masques et gants lors de votre déménagement.** En prévoir également pour les personnes vous aidant à déménager et se tenir au moins à 2 mètres de distance des autres;
* **Rester dans votre logement.** Il est interdit de sortir de son logement. Donc, VOUS NE POUVEZ PAS: sortir à l’extérieur, aller travailler, aller à vos cours, aller visiter un ami dans la résidence, fréquenter des endroits publics, utiliser les transports en commun, etc. Vous pouvez seulement sortir pour un rendez-vous médical, une urgence médicale, lors d’une alarme d’incendie ou si une sortie est planifiée par le Service de sécurité.

# Nourriture et fournitures

Vous aurez aussi des options telles que commander en ligne dans un magasin ou un restaurant. Tous les coûts reliés à la nourriture sont à vos frais et un courriel sera envoyé spécifiquement à ce sujet avec les détails.

# Nettoyage et désinfection

Le nettoyage et la désinfection des espaces (portes principales, ascenseurs, etc.) se feront deux fois par jours, en suivant le protocole émis par le directeur des Bâtiments et terrains.

Pour les poubelles, **déposer vos poubelles dans le corridor, à l’extérieur de votre porte,** et quelqu’un passera les récupérer.

# Autres

* **Visiteurs.** Il est interdit de recevoir des visiteurs. Si un parent ou un ami vous accompagne, celui-ci devra habiter ailleurs qu’en logement universitaire et ne pourra pas vous visiter. L’auto-isolement de 14 jours s’applique également à ceux qui vous accompagnent (voir section « qui doit s’auto-isoler »);
* **Fumage.** Comme il vous est interdit de sortir de votre logement, si vous fumez, vous devrez prévoir une alternative. Tel que stipulé dans votre contrat, il est interdit de fumer et de vapoter en logement universitaire.

# Surveillance

Un membre du personnel de l’Université de Moncton communiquera avec vous soit par le téléphone dans votre chambre ou par courriel pour effectuer une vérification de votre état de santé. Dans la mesure du possible, ces appels seront effectués entre 10h et 13h.

Il y aura un agent de Sécurité sur place 24h/24, 7jr/7, pour veiller à ce que le protocole d’isolement soit

respecté et que vous ne quittez pas le lieu d’auto-isolement.

Si vous avez des symptômes, envoyez un courriel à [kelly.thibodeau@umoncton.ca](mailto:logement@umoncton.ca) et à l’infirmière [francoise.cyr@umoncton.ca](mailto:chantal.frenette@umoncton.ca) et faites [l’autoévaluation de la COVID-19](https://www2.gnb.ca/content/gnb/fr/corporate/promo/covid-19.html). Vous pouvez également téléphoner Télé-soins au 811 si vous avez un numéro de téléphone dont le code régional débute avec le 506 sinon, vous devez contacter le 1 877 795-3773. Pour toute urgence, téléphoner le 911.

À la suite des recommandations de Santé publique, si vous présentez un ou des symptômes de la COVID-19, il est possible que votre quarantaine soit prolongée.

# Comment puis-je prendre soin de moi durant l’auto-isolement ?

* Reposez-vous, mangez sainement, hydratez-vous avec des liquides comme de l’eau, méditez, relaxez, pratiquez de l’activité physique (ex. yoga, étirement), restez en contact avec votre famille par téléphone ou par ordinateur, utilisez votre créativité (ex. dessiner, peinturer), relâchez vos émotions (ex. écrire dans un journal).
* Consultez le site web du Service de santé <https://www.umoncton.ca/umce-saee/node/45> ou envoyer un courriel à [francoise.cyr@umoncton.ca](mailto:%20francoise.cyr@umoncton.ca). Consultez le programme de soutien aux étudiants (MonPSE) [www.umoncton.ca/umcm-santepsychologie/node/37](http://www.umoncton.ca/umcm-santepsychologie/node/37).

# Que faire après l’auto-isolement ?

* Communiquez avec le Service de Logement;
* Continuez à utiliser les bonnes pratiques d’hygiène (ex. lavage des mains, éternuez dans son coude, etc.)

# Ressources

<https://www2.gnb.ca/content/gnb/fr/ministeres/bmhc/maladies_transmissibles/content/maladies_respiratoires/coronavirus.html> <https://www2.gnb.ca/content/dam/gnb/Corporate/pdf/EmergencyUrgence19.pdf>

Aux fins de suivi des protocoles et des mesures sanitaires additionnelles mises en place durant cette période, certains renseignements personnels tels que votre numéro de téléphone et votre numéro de logement pourraient être partagés avec d’autres services ou département sur le campus (Service de sécurité, Service aux étudiants et étudiantes, le Service alimentaire et Service d’entretien et de réparation).

*Dû à l’évolution rapide de la COVID-19, ce protocole peut changer à tout moment et sans préavis. Les lois et les règlements des divers paliers gouvernementaux et de l’Université de Moncton ont préséance en tout temps.*

*Révisé 13 juillet 2021*

**J’ai lu, j’ai compris et je vais respecter ce protocole.**

**Nom:**

**Numéro de téléphone: Date:**

**Courriel: Signature:**

**ANNEXE A**

**Modalités qui s’adressent à celles et ceux qui habitent actuellement à Moncton qui se déplacent à**

**l’extérieur du Nouveau-Brunswick et qui doivent s’auto-isoler en logement universitaire.**

Nous vous rappelons que les déplacements non essentiels à l’extérieur du Nouveau-Brunswick sont fortement déconseillés. Si vous choisissez ou vous devez vous déplacer à l’extérieur du Nouveau-Brunswick, à votre retour, vous devrez prévoir une période d’auto-isolement de 14 jours. Quoique la majorité des modalités stipulés dans ce document s’adressent également à vous, quelques particularités sont à prendre en considération, tel que :

* Afin de suivre les exigences institutionnelles et gouvernementales, à la suite de l’approbation de votre [plan d’auto-isolement](https://www.umoncton.ca/covid-19/auto-isolement) et de l’envoie de ce protocole, vous serez assigné un studio d’auto-isolement dans une résidence dédiée à cette fin. Si vous demeurez en logement universitaire, vous pourrez seulement avoir accès à votre logement après avoir terminé votre période d’auto-isolement. **Avant votre départ, vous serez donc responsable d’aménager le**

**studio qui vous aura été assigné** pour répondre aux exigences d’auto-isolement (ex. articles de cuisine, nourriture, vêtements, produits personnels et nettoyants, etc.);

* À l’exception de la période des fêtes 2020, il y aura des frais d’hébergement supplémentaires

par nuitée de 40$ en sus de votre loyer actuel pour toute demande d’auto-isolement dû à un

retour de l’extérieur du Nouveau-Brunswick (ex. quitter la province pour quelques jours, quitter la province durant le congé de mars, etc.). Il n’y a donc pas de frais d’hébergement supplémentaire pour les auto-isolements reliés à la période des fêtes 2020.

* **Il n’est pas possible de revenir en logement universitaire avant le 3 janvier 2021.** Votre

contrat de location pour la période d’hiver débute le 4 janvier 2021. Toutefois, nous

permettons l’arrivée un jour plus tôt afin de vous permettre d’effectuer votre période d’auto- isolement avant que les cours en présentiel débutent le 18 janvier 2021.

* **L’achat de nourriture est votre responsabilité et à vos frais.** Vous pouvez emporter de la nourriture avant votre voyage dans votre studio d’auto-isolement. Vous pouvez également commander en ligne dans un magasin ou un restaurant ou faire appel à un ami.
* Des frais administratifs de 25$ seront facturés pour chaque achat que le Service de logement devra effectuer pour vous en plus du coût pour le produit (ce service n’inclut pas l’achat de nourriture, alcool ou tout autres produits jugés non essentiels);
* Assurez-vous de connaître les [exigences en matière de voyage interprovincial ou international](https://www2.gnb.ca/content/gnb/fr/corporate/promo/covid-19/voyageurs.html). À noter que les restrictions de voyage sont établies par chacune des provinces, ainsi que par le gouvernement du Canada, et sont sujette à changer n’importe quand sans préavis.