

## **COVID-19 – RECOMMANDATIONS POUR PRÉPOSÉ D'AIDE À DOMICILE**

Dans le contexte de la pandémie COVID-19, il est important de suivre les directives de l'INSPQ pour éviter la contamination. Voici des procédures pour appliquer ces directives. L'ASSTSAS n'est pas l'organisme prescripteur, nous traduisons les lignes directrices sous forme de méthodes de travail. Les présentes recommandations s'adressent à tout préposé en contact avec des usagers qui ne sont pas en isolement en raison de symptômes d'allure grippale, et pour qui les services ont été maintenus par l'EESAD. Nos recommandations proviennent de la somme de nos lectures en date du 20 avril 2020 et pourraient évoluer.

### **À L'ÉPICERIE**

**Attention ! Commander par téléphone ou par Internet demeure l'option à privilégier.**

Le virus survit environ 3 heures sur les objets dont la surface est sèche (ex. : conserves, boîtes de céréales, sacs de nouilles, etc.) et 6 jours sur une surface humide<sup>1</sup>. L'épicerie est un endroit encore fréquenté par plusieurs personnes, dont certaines possiblement contaminées. La clé demeure de se laver les mains fréquemment et d'éviter de les porter à son visage. Garder les cheveux attachés aide à respecter cette consigne. Il est aussi important de prendre des précautions supplémentaires.

- Désinfecter les poignées du panier avec les produits fournis par l'épicerie
- Garder une distance de 2 m avec les autres personnes lorsque c'est possible
- Ne pas tâter les fruits et légumes
- Manipuler le moins possible les contenants
- Éviter de manipuler de l'argent comptant
- Déposer les sacs dans le coffre de votre véhicule plutôt que sur les sièges
- Se désinfecter les mains avant d'entrer dans votre véhicule

## **AU DOMICILE**

### **Recommandations générales**

- Apporter une bouteille de savon à mains et des essuie-tout pour se laver les mains de façon sécuritaire à domicile
- Apporter le minimum d'effets personnels à domicile et les désinfecter avant de quitter le domicile
- Se laver les mains à l'arrivée au domicile
- Améliorer la circulation de l'air dans la pièce où sont donnés les soins, en ouvrant une fenêtre ou une porte lorsque possible
- Se laver les mains avant de quitter le domicile et les essuyer avec un essuie-tout
- Utiliser cet essuie-tout pour ouvrir la porte et quitter le domicile

**Attention !** Lors des tâches domestiques, il faut trouver des moyens de demeurer à une distance de 2 m de l'utilisateur et de ses proches. Par exemple, lui demander de rester assis au fauteuil ou dans une autre pièce. S'il n'est pas possible de maintenir cette distance, en raison d'un manque de compréhension par exemple, le port de masque de procédure est nécessaire pour le préposé et l'utilisateur. Si l'utilisateur n'est pas en mesure de garder le masque de procédure, le préposé devrait ajouter une protection oculaire (lunette ou visière).

### **Rangement de l'épicerie**

- Laisser les sacs à l'entrée du domicile
- Nettoyer avec un linge savonné les contenants et les déposer sur une surface propre, puis les ranger dans le garde-manger ou le réfrigérateur.
- Laver les fruits et les légumes à l'eau et avec du savon avant de les ranger<sup>2</sup>
- Laver aussi les fruits et les légumes qui ont une pelure, même s'ils seront pelés (la pelure contaminée contamine les mains)
- Nettoyer avec de l'eau et du savon la surface sur laquelle les sacs d'épicerie ont été déposés
- Nettoyer avec de l'eau et du savon les sacs réutilisables
- Se laver les mains

### **Lessive**

- Porter des gants
- Placer le linge souillé dans un sac en tissu ou en plastique, ou dans le panier à linge
- Ne pas secouer le linge ou le sac au moment de remplir la laveuse
- Manipuler le linge souillé délicatement et éviter de le coller sur vos propres vêtements
- Retirer les gants après avoir réglé l'appareil et se laver les mains

### **Changement de lit**

- Porter des gants
- Éviter de secouer les draps
- Prendre les draps par les coins et faire un baluchon. Éviter de coller les draps sur vos vêtements, garder à distance. Utiliser le panier à linge si possible
- Apporter directement à la laveuse et suivre les consignes pour la lessive ou prévoir une zone pour le dépôt si le lavage ne se fait pas en cours de service
- Retirer les gants et se laver les mains

### **Préparation des repas**

- Nettoyer le comptoir avant de commencer
- Se laver les mains avant de cuisiner
- Laver avec de l'eau et du savon les aliments avant de cuisiner
- Se laver les mains après avoir cuisiné
- Faire un rappel à l'utilisateur de se laver les mains avant de manger

### **Soins de proximité (à moins de 2 m de l'utilisateur)**

**Attention !** Si vous avez plus d'un soin de proximité, évaluer dans quel ordre ils seront faits et à quel endroit mettre et retirer les équipements de protection. Par exemple, faire l'aide à l'alimentation avant l'hygiène en gardant le masque de procédure, mais en changeant de gants.

L'utilisateur doit mettre un masque de procédure. Si l'utilisateur n'est pas en mesure de garder le masque de procédure, le préposé devrait ajouter une protection oculaire (lunettes ou visière).

- Se laver les mains
- Mettre un masque de procédure
- Mettre une protection oculaire au besoin
- Mettre des gants
- Mettre le masque de procédure à l'utilisateur s'il ne peut le faire lui-même

- Faire les soins de proximité
- Retirer ses gants, les mettre dans un sac de plastique et se laver les mains
- Retirer ses lunettes et son masque, puis les mettre dans un sac de plastique
- Se laver les mains

Pour mettre et retirer les équipements de protection individuels, consulter ces deux publications :

- ASSTSAS. (2016). Équipements de protection individuels. Affiche.  
<https://asstsas.qc.ca/sites/default/files/publications/documents/Affiches/a70-epi.pdf>
- ASSTSAS. (2020). Masque de procédure – Comment le mettre et le retirer. Affiche.  
[https://asstsas.qc.ca/sites/default/files/publications/documents/Affiches/Masque\\_procedure\\_mars2020.pdf](https://asstsas.qc.ca/sites/default/files/publications/documents/Affiches/Masque_procedure_mars2020.pdf)

#### **APRÈS UNE JOURNÉE DE TRAVAIL**

- Retirer ses vêtements de travail et les placer dans un sac de plastique ou de tissu
- Procéder au lavage avec du savon à lessive habituel. Les vêtements de travail peuvent être lavés avec les autres vêtements de la famille, sauf s'ils sont visiblement souillés
- Se laver les mains après avoir déposé le linge dans la laveuse

Note : Si les déplacements sont effectués en voiture, par précaution, désinfecter régulièrement les poignées de portière, le volant et les commandes touchées.

#### **RÉFÉRENCES**

1. MSSS. (2020). Guide autosoins – COVID-19.  
<https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/document-002491/?&date=DESC& sujet=covid-19&critere=sujet>
2. MAPAQ. (2020). COVID-19 – Questions-réponses pour les clientèles du MAPAQ.  
[https://www.mapaq.gouv.qc.ca/fr/Avis\\_Publicite/Pages/COVID-19\\_QuestionsReponses.aspx](https://www.mapaq.gouv.qc.ca/fr/Avis_Publicite/Pages/COVID-19_QuestionsReponses.aspx)

#### **REMERCIEMENTS**

Ce document a été produit en collaboration avec la Coopérative de soutien à domicile de Laval.