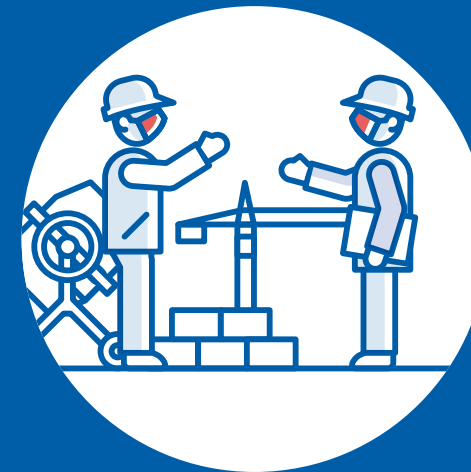




# COVID-19 : CONSEILS ET BONNES PRATIQUES POUR LES SALARIÉS

## CORONAVIRUS



Ce que je dois faire

Ce que je peux faire en plus

Ce que je ne peux pas faire

# CE DOCUMENT S'ADRESSE AUX SALARIÉS MAIS AUSSI À TOUTE PERSONNE AMENÉE À TRAVAILLER OU INTERVENIR AU SEIN D'UNE ENTREPRISE : PRESTATAIRE, INTÉRIMAIRE, STAGIAIRE ETC.

## Rappel : les modes de transmission du virus

La Covid-19 est une maladie contagieuse qui peut se transmettre :



- quand vous êtes touché par les postillons ou gouttelettes d'une personne contaminée qui parle, tousse ou éternue. Vous pouvez vous-même être porteur du virus et le transmettre. D'où l'importance :

- d'éviter les contacts physiques en télétravaillant quand c'est possible ;
- de porter un masque grand public de catégorie 1 (90 % de filtration) ou chirurgical ;
- de respecter une distance minimum d'un mètre entre les personnes, ou de deux mètres quand le port du masque n'est pas possible.



- quand vous portez vos mains non lavées ou un objet contaminé au visage. Le virus peut survivre de quelques heures à quelques jours sur les surfaces et objets. D'où l'importance en entreprise de limiter le partage de matériels, d'outils ou d'objets et de les désinfecter entre chaque utilisateur.



- quand vous respirez un air contaminé, en particulier dans un espace clos et mal aéré où sont présentes plusieurs personnes non masquées. D'où l'importance d'aérer au minimum 5 minutes toutes les heures.

+ d'info sur : [www.gouvernement.fr/info-coronavirus](http://www.gouvernement.fr/info-coronavirus)

Retrouvez la version **employeur** de ce document sur : [travail-emploi.gouv.fr](http://travail-emploi.gouv.fr), [code.travail.gouv.fr](http://code.travail.gouv.fr) ou [ameli.fr/entreprise](http://ameli.fr/entreprise)

# SOMMAIRE

Respecter les gestes barrières et les mesures de prévention de la contamination	4
Consulter et s'isoler en cas de symptômes ou de contamination	9
Ce que je dois faire si je suis identifié comme cas contact	9
Ce que je dois faire si je présente des symptômes	11
Index	13

Ce document a été rédigé à partir du Protocole national pour assurer la santé et la sécurité des salariés en entreprise face à l'épidémie de COVID-19 actualisé au 30 juin 2021, disponible sur [travail-emploi.gouv.fr](https://travail-emploi.gouv.fr)

# RESPECTER LES GESTES BARRIÈRES ET LES MESURES DE PRÉVENTION DE LA CONTAMINATION

Mon employeur est responsable de la sécurité et de la santé au travail de ses salariés. Mais, en tant que salarié, je suis également tenu de prendre soin de ma santé et de ma sécurité et de celles de mes collègues.

## Ce que je dois faire



- **Télétravailler en fonction du nombre minimal de jours fixés par mon employeur** après discussion avec les représentants du personnel ou les salariés, pour les activités qui le permettent. En télétravail, je conserve mes droits (les titres restaurants, par exemple).
- **Privilégier les réunions par audio ou visioconférence.** Respecter les gestes barrières et la distanciation lors des réunions en présentiel.

- **Eviter d'arriver au travail ou d'en partir en même temps que tout le monde,** afin d'éviter les heures de pointe dans les transports en commun et de pouvoir respecter plus facilement la distanciation dans les vestiaires.

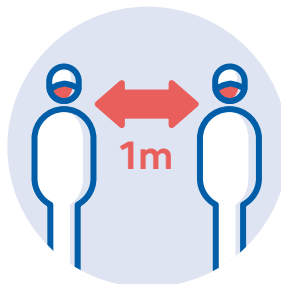


**Se réappropriation les gestes professionnels et faire attention aux risques** liés à l'activité (chute, posture, etc) lors de la reprise d'activité après une longue interruption.

- **M'informer et respecter les mesures de prévention liées à la Covid-19** et la conduite à tenir en cas de symptômes ou de contagion, telles que définies par les ministères du Travail et de la Santé et telles que mises en œuvre au sein de l'entreprise. Suivre les éventuelles formations mises en place par mon employeur.



- **Respecter les gestes barrières et les mesures d'hygiène,** diffusées par le ministère de la Santé et mises en place par mon employeur, tout au long de ma journée de travail et partout dans l'entreprise (vestiaires, poste de travail, salles de repos ou de restauration, salles de réunion, déplacements, pauses) :
  - Je me lave régulièrement les mains avec du savon ou du gel hydroalcoolique.
  - Je tousse ou éternue dans mon coude.
  - Je me mouche avec un mouchoir en papier et le jette.
  - Je salue mes collègues sans les toucher.

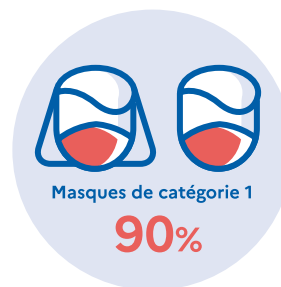


- **Rester, autant que possible, à plus d'un mètre des autres (collègues, client, prestataire...)** et éviter les contacts rapprochés prolongés (plus de 15 minutes).

# RESPECTER LES GESTES BARRIÈRES ET LES MESURES DE PRÉVENTION DE LA CONTAMINATION

## Les personnes à risques de forme grave de Covid-19

- **Si j'ai plus de 65 ans**, ou que je suis atteint de certaines pathologies ([solidarites-sante.gouv.fr](https://solidarites-sante.gouv.fr)) ou que je suis au 3<sup>e</sup> trimestre de ma grossesse, je risque de développer une forme grave de Covid 19 en cas de contamination.
- **Si je relève d'une de ces situations**, je dois télétravailler pour toutes mes activités qui s'y prêtent.
- **Si le télétravail n'est pas possible** pour toutes mes activités alors, lorsque je suis présent en entreprise, je dois :
  - bénéficier d'aménagements horaires pour éviter de croiser mes collègues en arrivant, en partant, lors du déjeuner... ;
  - disposer d'un poste de travail isolé, nettoyé et désinfecté tous les jours et que, dans la mesure du possible, je ne partage pas avec un autre salarié (sinon désinfecté systématiquement avant ma prise de poste) ;
  - porter un masque à usage médical (fourni par mon employeur) et respecter strictement les gestes barrières ;
  - porter un masque à usage médical (fourni par mon employeur) dans les transports en commun pour mes déplacements domicile travail et professionnels.
- **Si ces conditions de protection ne sont pas remplies**, mon employeur me met en activité partielle sur la base d'un certificat de mon médecin. Inutile de lui fournir un nouveau certificat si je lui en ai déjà fourni un au début de l'épidémie.
- **En cas de désaccord avec mon employeur**, le médecin du travail se prononce pour définir si les conditions de protection sont bien respectées. Dans l'attente, je suis mis par mon employeur en activité partielle.



- **Porter un masque grand public de catégorie 1 (90 % de filtration) ou chirurgical dans tous les lieux collectifs clos** : espaces ou bureaux partagés ou collectifs, couloirs, salles de réunions, véhicules transportant plusieurs personnes... Les masques sont pris en charge par mon employeur.  
Le masque ne remplace pas les autres gestes barrières. Je m'expose à des mesures disciplinaires si je refuse de porter un masque tel que prescrit par note de service ou dans le règlement intérieur de l'entreprise.



Je peux me passer de mon masque, si mon employeur l'autorise, quand :

- Je travaille dans un espace où je suis seul ;
- Je travaille dans un atelier correctement ventilé ou aéré, où nous sommes peu nombreux et éloignés d'au moins deux mètres les uns des autres, et que nous portons des visières ;
- Je travaille en extérieur et que la distance minimale de deux mètres entre personnes est respectée.

Ces dépositions sont précisées dans le règlement intérieur ou la note de service instituant le port du masque.

L'obligation du port du masque a été aménagée pour certains métiers très spécifiques pour lesquels le port du masque n'est pas possible. Liste complète et conditions sur [travail-emploi.gouv.fr](https://travail-emploi.gouv.fr)

# RESPECTER LES GESTES BARRIÈRES ET LES MESURES DE PRÉVENTION DE LA CONTAMINATION

## Ce que je dois faire

- **Mettre un masque grand public de catégorie 1 (90 % de filtration) ou chirurgical à l'extérieur** quand il n'est pas possible de respecter la distanciation d'un mètre entre les personnes ou quand il est obligatoire (arrêté préfectoral...).

En cas d'arrêté préfectoral imposant le port du masque dans l'espace public, je peux m'en dispenser si je travaille sur un chantier extérieur bien délimité et fermé au public et si je reste à au moins deux mètres de mes collègues.

- **Utiliser les autres moyens ou équipements de protection individuelle** quand les gestes barrières et les mesures de protection collective sont impossibles :



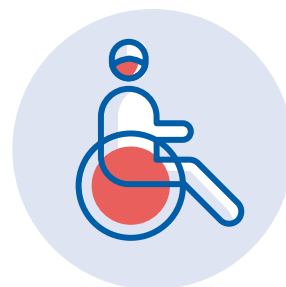
- **Les visières et les lunettes** protègent le visage et/ou les yeux. Elles peuvent être utilisées en complément du masque quand plusieurs personnes sont proches sans qu'un dispositif de séparation ne soit possible. Elles doivent être nettoyées par un produit virucide plusieurs fois par jour et après chaque utilisation.

- **Les sur-blouses et charlottes** sont utiles quand il y a un risque de contact avec des surfaces ou objets contaminés.

- **Les gants ne sont pas recommandés** pour se protéger de la Covid-19. Préférer le lavage régulier des mains. Dans le cas où les gants sont nécessaires pour se protéger d'autres risques, ne pas porter ses mains gantées au visage et jeter les gants utilisés.



Les moyens de protection sont déterminés et fournis par mon employeur.



- **Contacter mon service de santé au travail** si les équipements ou mesures de prévention prises pour éviter les contagions ne sont pas adaptés à mon handicap. L'Agefiph ([www.agefiph.fr](http://www.agefiph.fr)) dispense des conseils et peut contribuer à financer des moyens de protection adaptés.



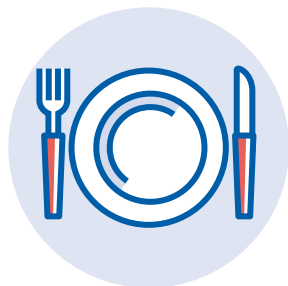
- **Me laver les mains avant et après avoir utilisé des outils de travail utilisés par plusieurs personnes.** Les objets manipulés par plusieurs personnes doivent être désinfectés entre chaque utilisation avec un produit virucide fourni par l'employeur.

- **Aérer mon espace de travail** au moins cinq minutes toutes les heures en l'absence de dispositif de ventilation.

- **Jeter les déchets** susceptibles d'être contaminés dans les poubelles à ouverture non manuelle mises en place par mon employeur.

# RESPECTER LES GESTES BARRIÈRES ET LES MESURES DE PRÉVENTION DE LA CONTAMINATION

## Ce que je dois faire



- Je respecte les consignes sanitaires lors des repas au restaurant d'entreprise :
  - je respecte les dispositions de sécurité mises en place par le gestionnaire ;
  - j'évite les pics de fréquentation ;
  - je me lave les mains en entrant dans le restaurant, après les caisses et en le quittant ;
  - je garde un mètre de distance dans les files d'attente et en circulant ;
  - j'évite de toucher les surfaces, objets en dehors de mon plateau ;
  - je ne déplace ni les chaises ni les tables ;
  - je ne retire le masque qu'une fois attablé et je le range ;
  - je déjeune avec les personnes avec qui je travaille dans la journée ou sinon seul, pour limiter le nombre de contacts ;
  - je limite mon temps à table au temps strictement nécessaire pour le repas.

## Ce que je peux faire en plus



- Télécharger l'application **TousAntiCovid** qui permet d'être alerté ou d'alerter les autres en cas d'exposition à la Covid-19, tout en garantissant le respect de la vie privée.



- Mesurer ma température en cas de sensation de fièvre et être vigilant à l'apparition de tout symptôme, avant de partir au travail. Si j'ai de la fièvre ou un autre symptôme consulter mon médecin et, au besoin, rester chez moi.



Mon employeur peut organiser mais ne peut pas m'imposer un contrôle de la température à l'entrée de l'entreprise. En tout état de cause, les données recueillies ne peuvent pas être enregistrées et conservées.

# RESPECTER LES GESTES BARRIÈRES ET LES MESURES DE PRÉVENTION DE LA CONTAMINATION

## Ce que je peux faire en plus

- **Contribuer à identifier les risques de contamination à la Covid-19 et les moyens de les éviter ou de les réduire au maximum**, en passant en revue les circonstances dans lesquelles je peux être exposé au virus pendant mon travail. Cette démarche s'effectue avec mes responsables, le référent Covid de mon entreprise et mes représentants du personnel, ou, en leur absence, directement avec mon employeur.
- **Alerter mes représentants du personnel, le service de santé au travail ou l'inspection du travail** si j'estime que les mesures de prévention du risque de contamination sont insuffisantes. Je peux quitter mon poste de travail si j'estime qu'il y a un danger grave et imminent pour ma santé (droit de retrait) et à condition que mon retrait ne mette pas en danger d'autres personnes. Je dois alerter l'employeur de cette situation.
- **Me faire vacciner.** Ma participation est volontaire et aucune conséquence ne peut être tirée de mon éventuel refus.
- **Participer aux campagnes vaccinales et/ou aux campagnes de dépistage** mises en oeuvre par les autorités sanitaires ou organisées par mon employeur. J'effectue un autotest si mon employeur en met à ma disposition. Ma participation est volontaire et aucune conséquence ne peut être tirée de mon éventuel refus. Je n'ai pas à contribuer aux frais de ces tests. Mon employeur n'est pas informé du résultat de mes tests ni de mon statut vaccinal. Je peux informer mon médecin du travail ainsi que mon employeur si je le souhaite. Le résultat de mon test est renseigné dans le dispositif de contact tracing mis en place par les autorités sanitaires par le professionnel de santé (médecin, infirmier ou pharmacien) sous la responsabilité duquel il a été pratiqué.

- **M'organiser pour être en mesure d'aider les autorités sanitaires** à identifier les personnes ayant été en contact avec moi (collègues, clients, prospects, prestataires...) en cas de contamination.



Attention dans la mesure où mon employeur a mis en oeuvre les recommandations des ministères du Travail et de la santé pour protéger ses salariés du risque lié à la Covid-19, je ne peux pas, en principe, exercer légitimement mon droit de retrait.

S'il estime que mon retrait est abusif, mon employeur peut pratiquer une retenue sur mon salaire. En cas de désaccord, l'appréciation du caractère légitime du droit de retrait relève du juge.

- **Privilégier les moments de convivialité en extérieur** dans le respect des gestes barrières.

## Ce que je ne peux pas faire

- **Refuser de porter un masque, même si je suis vacciné.** Si c'est prévu dans le règlement intérieur de l'entreprise ou une note de service, cela peut m'exposer à des mesures disciplinaires. De même, si je suis intérimaire, prestataire ou sous traitant, je ne peux pas refuser de porter un masque si c'est obligatoire dans l'entreprise ou j'interviens. L'entreprise doit me fournir les masques.
- **Exercer mon droit de retrait au seul motif de l'épidémie** alors que mon employeur a mis en place les mesures de prévention nécessaires pour éviter au maximum les contaminations et sans situation de risque avérée.

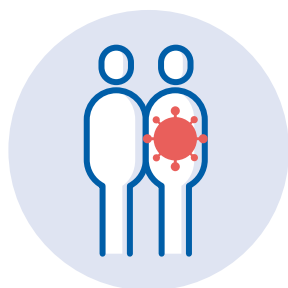


# CONSULTER ET S'ISOLER EN CAS DE SYMPTÔMES OU DE CONTAMINATION



Les personnes présentant des symptômes ou testées positives à la Covid-19 doivent consulter leur médecin et s'isoler pour éviter de nouvelles contaminations. Tous les acteurs de l'entreprise sont invités à coopérer avec les autorités sanitaires pour faciliter l'identification des cas contact et ainsi limiter les contaminations.

## Ce que je dois faire



- **Rester ou rentrer chez moi si j'ai été en contact rapproché** (lire page 10) avec une personne testée positive à la Covid-19. C'est l'Assurance maladie qui me prévient que je suis cas contact. J'avertis mon employeur. Je reste isolé et je fais un test dans les 48 heures. Je serai indemnisé par la Sécurité sociale sans jour de carence. [declare.ameli.fr](https://declare.ameli.fr)

- **Arrêter mon isolement si le test est négatif.** Je n'ai pas besoin de certificat médical de reprise d'activité.
- **M'isoler à partir de la date du test si celui-ci est positif.** J'envoie mon arrêt de travail à mon employeur et je respecte sa durée. Je serai indemnisé par la Sécurité sociale sans jour de carence. [declare.ameli.fr](https://declare.ameli.fr)

## Après ma période d'isolement :

- **si j'ai de la fièvre**, je consulte mon médecin et je poursuis mon isolement pendant 48 h après la fin de la fièvre ;
- **si je n'ai pas de fièvre**, j'arrête mon isolement mais j'évite les contacts avec les personnes vulnérables et je porte un masque. Je n'ai pas besoin de certificat médical de reprise d'activité.



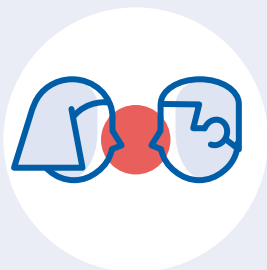
Si la personne contaminée est quelqu'un avec qui je vis, je fais un test dès que possible, je reste isolé jusqu'à sa guérison.

# CONSULTER ET S'ISOLER EN CAS DE SYMPTÔMES OU DE CONTAMINATION



## Qu'est-ce qu'un cas contact ?

Un cas contact est une personne ayant eu un contact à risque avec une personne contaminée par la Covid-19. Par contact à risque, on entend les situations suivantes :



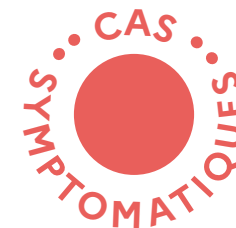
- en face à face à moins d'un mètre (embrassade, poignée de main...) et sans masque ou autre protection efficace ;
- plus de 15 minutes, dans un lieu clos et sans masque : repas ou pause, conversation... ;
- lors de soins ou d'actes d'hygiène,
- en face à face, lors de quintes de toux ou d'éternuements dans un espace clos, sans masque,
- en partageant le même lieu de vie.



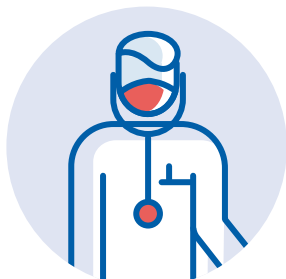
Une personne n'est pas considérée comme cas contact lorsque le contact ne correspondait pas à ces situations de risque ou lorsque la personne avec laquelle le contact a eu lieu n'était en définitive pas positive à la Covid 19. Ainsi, par exemple, un croisement fugace dans la rue ne caractérise pas un cas contact. De même, le cas contact d'un cas contact n'est pas un cas contact.

- Les "cas contact" sont identifiés comme tels par les professionnels de santé autorisés, l'Assurance maladie ou l'Agence régionale de santé (ARS).
- Les cas contact doivent rester isolés après le dernier contact avec la personne testée positive et effectuer un test dans les 48 heures.
- Faute de pouvoir télétravailler, les cas contact sont placés en arrêt travail par l'Assurance Maladie, qui leur délivre un arrêt de travail sans jour de carence. Cet arrêt de travail est rétroactif. + d'info sur [www.ameli.fr](http://www.ameli.fr)

# CONSULTER ET S'ISOLER EN CAS DE SYMPTÔMES OU DE CONTAMINATION



## Ce que je dois faire

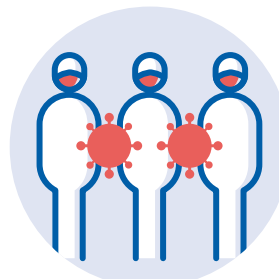


- **En cas de symptômes**, consulter mon médecin (ou appeler le Samu en cas de détresse respiratoire), m'isoler, avertir mon employeur et faire un test. Je serai indemnisé par la Sécurité sociale sans jour de carence. [declare.ameli.fr](https://declare.ameli.fr)
- Arrêter mon isolement si le test est négatif. Je n'ai pas besoin de certificat médical de reprise d'activité si j'ai arrêté de travailler.
- Rester isolé à partir du début des symptômes, si le test est **positif**.

## A l'issue de la période d'isolement :

- **Si j'ai de la fièvre, que je tousse ou que j'ai perdu le goût ou l'odorat** je consulte mon médecin et je poursuis mon isolement pendant 48 h après la disparition des symptômes.
- **J'appelle le Samu en cas de difficultés graves** : difficultés à respirer...
- **Si je n'ai plus de fièvre**, j'arrête mon isolement mais j'évite le contact avec les personnes vulnérables et je porte un masque. Je n'ai pas besoin de certificat médical de reprise d'activité ni de test de dépistage.

## Ce que je peux faire en plus



- **Aider les autorités sanitaires pour le "contact tracing"** en facilitant l'identification des personnes avec qui j'ai été en contact rapproché sans masque au cours des 7 derniers jours et en communiquant les coordonnées de mon employeur et celles de mon service de santé au travail.
- **Communiquer à mon employeur le nom des personnes qui ont été en contact rapproché** avec moi au travail au cours des sept derniers jours précédant mon test (cas contact) dans l'entreprise. Ceci est déterminant pour pouvoir les dépister rapidement et mettre en place des mesures d'hygiène et de désinfection mieux ciblées pour éviter les contagions.
- **Informier l'employeur de ma situation médicale, si je suis diagnostiqué positif** après un dépistage. Je suis libre de révéler ou non des informations sur mon état de santé, mais lui signaler que je suis porteur de la Covid, permettra de prendre rapidement les mesures nécessaires pour préserver mes collègues et rompre la chaîne de contamination.

# CONSULTER ET S'ISOLER EN CAS DE SYMPTÔMES OU DE CONTAMINATION

## Le "contact tracing", comment ça marche ?

Si je présente des symptômes ou si mon test est positif :

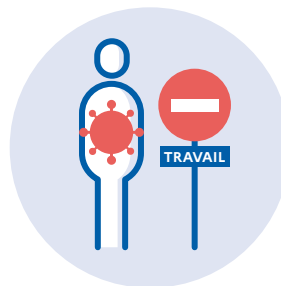
- je consulte mon médecin et j'identifie avec lui les personnes que j'aurais pu contaminer ;
- l'Assurance Maladie me contactera pour confirmer ou compléter cette liste ;
- l'Assurance Maladie contactera et accompagnera ces personnes pour qu'elles s'isolent, surveillent leur état de santé et se fassent tester à leur tour.



Dans le cadre du "contact tracing" :

- **Mes données sont protégées** : l'Assurance Maladie assure la confidentialité et la sécurité de l'ensemble des données personnelles.
- **Mon consentement est respecté** : indiquer mon identité et les coordonnées de mon employeur et de mon service de santé au travail facilitera la relation de l'Assurance Maladie avec mes personnes contact mais si je le souhaite, je peux rester anonyme.

## Ce que je ne peux pas faire



- **Aller au travail sans me faire dépister ou attendre le résultat du test, si j'ai été identifié comme cas contact** rapproché d'une personne contaminée. Si j'ai été identifié comme cas rapproché, je bénéficie d'un arrêt maladie indemnisé sans jour de carence. [declare.ameli.fr](https://declare.ameli.fr)
- **Aller au travail si j'ai été dépisté comme porteur de la Covid-19.** L'arrêt de travail pour Covid est indemnisé sans jour de carence.
- **Retourner au travail sans attendre la fin de ma période d'isolement** prescrits en cas de symptômes ou si ces symptômes n'ont pas disparu.

# INDEX

Aération	2 - 5 - 6	Lunettes	6
Atelier	5	Masque	5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10 - 11
Bureaux (partagés)	5 - 6	Mesure disciplinaire	5 - 8
Certificat (de reprise)	9 - 11	Nettoyage	6
Certificat (médical)	10 - 11	Prévention (mesures de)	4 - 5 - 6 - 7 - 8
Contagion	4 - 6 - 11	Protection (moyens de)	5 - 6 - 10
Contact (cas ou rapproché)	9 - 10 - 11 - 12	Restaurant (d'entreprise)	7
Contact (à risque de forme grave)	5 - 10	Risque (contact à)	10
Contact tracing	11 - 12	Risque (personnes à)	5
CSE	8	Symptômes (personne ayant des)	4 - 9 - 10 - 11 - 12
Dépistage (test de)	11 - 8	Télétravail	4 - 5 - 10
Désinfection	11	Test	8 - 9 - 10 - 11 - 12
Distanciation	4 - 6	Température (contrôle de)	7
Équipements de protection individuelle	6	Vaccination	8
Gants	6	Visières	5 - 6
Handicap (personnes présentant un)	6	Vulnérables (personnes)	9 - 11
Isolement	9 - 11 - 12		

## POUR ALLER PLUS LOIN EN FONCTION DE VOTRE SECTEUR D'ACTIVITÉ CONSULTEZ ET UTILISEZ :



Les fiches métiers et guides des branches professionnelles publiés sur [travail-emploi.gouv.fr](http://travail-emploi.gouv.fr)



Les outils et solutions de prévention des risques professionnels dans le contexte sanitaire sont proposés pour 13 secteurs d'activité par l'Assurance Maladie – Risques professionnels, sur [www.ameli.fr/entreprise](http://www.ameli.fr/entreprise).

Ce document est susceptible d'être actualisé en fonction de l'évolution de la situation sanitaire. Restez informé en consultant régulièrement [travail-emploi.gouv.fr](http://travail-emploi.gouv.fr), [code.travail.gouv.fr](http://code.travail.gouv.fr) ou [ameli.fr/entreprise](http://ameli.fr/entreprise)



**MINISTÈRE  
DU TRAVAIL,  
DE L'EMPLOI  
ET DE L'INSERTION**

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*



**l'Assurance  
Maladie**

**RISQUES PROFESSIONNELS**

Agir ensemble, protéger chacun