



COVID-19 : Action de grâces



Les phases d'alerte et les mesures connexes sont établies par le gouvernement du Nouveau-Brunswick en fonction des conseils et des lignes directrices de la médecin-hygiéniste en chef.

- Ces mesures peuvent être mises à jour régulièrement en fonction des nouvelles connaissances scientifiques ou de l'efficacité de mesures de contrôle antérieures au Canada ou dans d'autres pays.
- La phase d'alerte peut varier d'une région de la province à l'autre.
- Toutes les entreprises sont autorisées à exercer leurs activités dans les phases rouge, orange et jaune, mais elles doivent disposer d'un plan opérationnel en réponse à la COVID-19 qui est en accord avec les directives de la Santé publique et de Travail sécuritaire NB pour s'assurer de protéger les citoyens, leurs clients et leurs employés en tout temps.

À TOUTES LES PHASES D'ALERTE :

- Les personnes à faible risque peuvent pratiquer des activités de plein air d'automne avec d'autres personnes (selon la phase actuelle), comme la marche, le vélo et les activités dans leur cour. Les masques en tissu sont obligatoires lorsque vous n'êtes pas en mesure de maintenir une distanciation physique par rapport aux personnes à l'extérieur de votre bulle.
- L'Action de grâces est une occasion de manger un repas sain avec d'autres personnes (selon la phase actuelle), ce qui peut apporter plusieurs avantages et favoriser un mode de vie sain.
- La préparation de votre repas de l'Action de grâces est une belle occasion d'apprendre à vos enfants à cuisiner.
- Prêtez attention à vos habitudes alimentaires en appréciant la saveur, la texture et l'arôme des aliments. Sachez reconnaître les signes indiquant que vous avez assez mangé et êtes rassasié.
- Les responsables des programmes alimentaires sont encouragés à continuer à offrir une aide alimentaire d'urgence aux ménages en fonction des besoins, comme les collectes de dindes ou les boîtes de repas de l'Action de grâces, tout en respectant les [mesures de santé publique](#).
- Si vous recevez des aliments emballés, comme un don de boîte de nourriture, essayez d'éviter ou de limiter le contact avec la personne qui les livre en lui permettant de les laisser à votre porte et de s'éloigner avant que vous les apportiez à l'intérieur de la maison.
- Si vous livrez une boîte de nourriture ou d'autres aliments emballés à un ménage, assurez-vous de vous laver les mains ou de les désinfecter avant de manipuler la boîte ou les aliments. Appelez à l'avance pour que les personnes sachent que vous irez chez elles. Sonnez la cloche ou frappez à la porte, puis reculez pour permettre la distanciation lorsque la personne ouvrira la porte pour ramasser sa nourriture. Toute personne possédant un téléphone intelligent peut télécharger l'application [Alerte COVID](#).
- Ne quittez pas la maison si vous êtes malade ou si vous êtes infecté à la COVID-19. Si vous présentez des symptômes semblables à ceux de la COVID-19, vous pouvez vous inscrire en ligne pour vous soumettre à un test en cliquant sur le bouton « [Faites-vous tester](#) » sur la page Web sur la maladie à coronavirus du GNB; vous pouvez également communiquer avec Télé-Soins, en composant le 811, pour obtenir un rendez-vous.

PHASE D'ALERTE JAUNE

- Profitez des activités de l'Action de grâces avec vos amis proches et votre famille élargie et respectez les [mesures de santé publique](#).
- Les rassemblements informels sont permis à l'intérieur et à l'extérieur, pourvu que vous respectiez la limite pour le nombre



de personnes, soit 50. Les mesures de santé publique doivent être respectées, et il est conseillé de garder une liste de tous les participants.

- Si vous organisez un repas informel de l'Action de grâce, envisagez ce qui suit :
 - » tenir l'activité à l'extérieur si les conditions météorologiques le permettent;
 - » offrir du désinfectant pour les mains à vos invités;
 - » demander à vos invités de s'assurer qu'ils se lavent les mains avant de préparer ou de servir de la nourriture, avant de manger et avant de toucher des objets fréquemment utilisés, comme les ustensiles de service et les contenants de condiments;
 - » nettoyer et désinfecter les surfaces communes avant et après le repas et l'activité.
- Les personnes les plus à risque devraient limiter leurs contacts à leur famille et à leurs amis proches et éviter les grands rassemblements. Les personnes plus à risque comprennent les personnes souffrant de problèmes médicaux, comme une maladie cardiaque, l'hypertension, une maladie pulmonaire, le diabète ou le cancer, les personnes dont le système immunitaire est affaibli par une maladie ou un traitement ainsi que les personnes âgées.
- Toute personne qui est malade ou qui présente des symptômes de la COVID-19 doit s'abstenir de participer à un rassemblement.
- Si une personne ne peut pas participer à un rassemblement d'amis proches ou de membres de sa famille parce qu'elle court un risque plus élevé, vous pourriez l'inclure d'autres façons, par exemple :
 - » Respecter les mesures de santé publique pour lui préparer un repas et lui livrer en gardant une certaine distance. Appelez pour l'avertir que vous allez passer chez elle, laissez le repas à sa porte, puis reculez pour qu'elle le prenne.
 - » Pour réduire les risques encore plus, vous pouvez lui laisser des ingrédients emballés pour qu'elle prépare elle-même la nourriture. Assurez-vous de vous laver les mains ou de les désinfecter avant de manipuler les ingrédients emballés.
 - » Ne pas laisser de nourriture à quiconque, à moins que la personne soit là pour l'apporter à l'intérieur pour la consommer immédiatement ou la conserver correctement.
 - » Vous pourriez également commander un repas qui lui sera livré par une entreprise.
- Vous pouvez prévoir un moment pendant le rassemblement pour que le groupe puisse discuter virtuellement avec les personnes qui ne peuvent pas y assister. Tout organisme, entreprise ou groupe qui organise des activités ou des célébrations doit disposer d'un plan opérationnel, garder une liste des participants et veiller au respect des consignes de distanciation physique.

POUR OBTENIR DES RENSEIGNEMENTS À JOUR :
WWW.GNB.CA/CORONAVIRUS