



COVID-19

# MARCHÉS PUBLICS

## Guide d'application des mesures de prévention recommandées

dans le contexte de la COVID-19

2<sup>e</sup> version - mise à jour le 8 juillet 2020



## Contexte

Les marchés publics, permanents ou saisonniers, sont des commerces d'alimentation qui peuvent poursuivre leurs activités, pourvu que les mesures et les consignes d'hygiène et de santé publique soient respectées. Les gestionnaires et les marchands devraient donc prendre connaissance des mesures recommandées par l'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ), par le ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS) et par la Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail (CNESST) à l'égard de la COVID-19, notamment les mesures suivantes :

- **Mesures pour les marchés d'alimentation et commerces essentiels (INSPQ)**
- **Mesures concernant la manipulation d'argent dans les magasins et les milieux de travail (INSPQ)**
- **Mesures pour la restauration (service au comptoir, service à l'auto et livraison) (INSPQ)**
- **Directives de santé publique concernant la réouverture des salles à manger et des autres lieux de consommation du secteur de la restauration (MSSS)**
- **Trousse d'outils pour le secteur du commerce de détail et des centres commerciaux (CNESST)**
- **Trousse d'outils pour le secteur de la restauration (CNESST)**

Visitez les sites Web **COVID-19 : Santé au travail, de l'INSPQ** et **Trousse COVID-19, de la CNESST**.

## Objectif

Ce guide vise à accompagner les marchés publics qui désirent maintenir leurs activités en leur proposant des moyens adaptés à leur réalité pour mettre en œuvre les directives gouvernementales. Il présente les mesures de prévention à appliquer et des pistes d'action regroupées en quatre grands thèmes.

Les modalités du présent guide pourraient devoir être revues s'il devenait nécessaire de modifier les mesures de santé publique ordonnées ou préconisées par les gouvernements du Québec ou du Canada, en fonction de l'évolution de la situation.

Leurs recommandations auront toujours préséance sur ce qui est indiqué dans ce guide. De plus, les autorités de santé publique sont chargées de faire appliquer ces mesures. Ainsi, si vous avez des questions sur des normes à respecter, notamment si elles concernent des activités complémentaires de la commercialisation des produits, nous vous invitons à joindre la direction de santé publique de votre région.



## Activités complémentaires à la vente de produits en marché public autorisées

Les marchés publics et les marchands qui y vendent des produits peuvent dorénavant<sup>1</sup> :

- proposer des dégustations aux consommateurs;
- offrir des services de restauration pour consommation sur place;
- rendre accessibles ou aménager des aires de restauration intérieures ou extérieures;
- rendre accessibles ou aménager des aires de jeux pour enfants.

Ces activités doivent être réalisées dans le respect des consignes d'hygiène et de santé publique.

**De plus, bien que certaines activités culturelles ou sociales puissent avoir lieu, elles ont été permises dans certains contextes particuliers et sous certaines conditions. Aussi, nous vous invitons à communiquer avec la direction de santé publique de votre région pour connaître les possibilités de tenir des activités d'animation sur les lieux de votre entreprise.**

---

<sup>1</sup> Ce guide a été mis à jour le 8 juillet 2020 pour tenir compte des nouvelles directives et mesures de santé publique.

# 1. MESURES POUR L'ACCÈS AUX MARCHÉS PUBLICS

## Les mesures de prévention recommandées

- Demander aux clients qui montrent de la toux, de la fièvre ou des difficultés respiratoires de reporter leurs achats. Idéalement, prévoir la présence d'un employé à l'entrée du marché qui peut donner des consignes et diriger les clients, tout en maintenant la distance minimale recommandée par les autorités de santé publique avec eux.

### Pour respecter cette mesure, envisagez de :

- Poser des affiches à l'entrée du marché qui décrivent les conditions pour y entrer.
- Prévoir du personnel à l'entrée pour vérifier ces informations avant de laisser les personnes accéder au site et, le cas échéant, pour leur demander de reporter leur visite.
- Utiliser votre infolettre, votre page Web ou les médias sociaux pour demander aux clients qui montrent de la toux, de la fièvre ou des difficultés respiratoires de reporter leur visite au marché.

- Dans le cas où un employé ou un marchand commencerait à ressentir des symptômes durant ses heures de travail, lui faire porter un masque de **procédure** et l'isoler dans un local prévu à cette fin. Appeler le 1 877 644-4545 pour obtenir des consignes. La personne symptomatique devra consulter le **Guide autosoins** pour plus de détails. Laisser une copie du guide papier dans le local d'isolement. Les personnes ayant été en contact avec la personne symptomatique doivent procéder à une autosurveillance de leurs symptômes en attendant les consignes de la santé publique et appeler le 1 877 644-4545 si elles développent des symptômes. Suivre les **directives de l'INSPQ** pour le nettoyage et la désinfection des locaux d'isolement.

### Pour respecter cette mesure, envisagez de :

- Prévoir des masques de procédure pour l'isolement de l'employé.
- Prévoir un local sur les lieux de votre entreprise pour isoler l'employé présentant des symptômes.
- Imprimer des copies du *Guide autosoins* et les mettre à la disposition de l'employé devant être isolé. Les changer au besoin.

- Aviser les employés qu'ils ne doivent pas se présenter au travail s'ils ressentent des **symptômes associés à la maladie (fièvre, toux, difficultés respiratoires ou autres symptômes)**. Un questionnaire sur les symptômes peut être rempli pour tous les travailleurs avant le début de chaque quart de travail.

### Pour respecter cette mesure, envisagez de :

- Communiquer par écrit avec tous vos employés et effectuer sporadiquement des rappels.
- Consulter le **Guide en cas de déclaration d'un cas positif à la COVID-19 dans un établissement alimentaire**.

- 
- Maintenir le nombre de travailleurs présents au minimum absolument nécessaire sur place.

**Pour respecter cette mesure, envisagez de :**

- Limiter le nombre de personnes qui sont assignées au montage et au démontage des installations. Est-il envisageable de favoriser la participation des marchands et des employés qui sont déjà sur les lieux plutôt que de recourir à de la main-d'œuvre additionnelle ou à des bénévoles? N'oubliez pas d'exiger un lavage de mains entre le montage et le démontage de chaque kiosque.

## 2. MESURES POUR LA DISTANCIATION PHYSIQUE

### Les mesures de prévention recommandées

- Respecter la distanciation physique minimale recommandée par les autorités de santé publique pour les clients et les employés. Voici des moyens pour y parvenir :
  - Limiter le plus possible le nombre de clients qui sont dans l'établissement en même temps et dans la file d'attente;
  - Installer des repères physiques au sol ou sur les murs (lignes, autocollants, cônes, structures de bois, etc.) pour indiquer la distance minimale recommandée par les autorités de santé publique à respecter entre les clients dans les files d'attente, aux caisses et à l'entrée;
  - Installer des pancartes ou des affiches qui rappellent aux clients les mesures de distanciation physique à respecter (à l'entrée et dans la file d'attente);
  - Si nécessaire, désigner une personne responsable de s'assurer que l'attente se déroule bien à l'extérieur. Cette personne devra toutefois se tenir à la distance minimale recommandée par les autorités de santé publique des clients. Contacter les services policiers (911) au besoin.
- Pour les tâches où il est impossible de maintenir la distance minimale recommandée par les autorités de santé publique avec quiconque pour plus de 15 minutes cumulées dans un même quart de travail, des adaptations doivent être apportées :
  - Installer une barrière physique adéquate pour séparer le travailleur des autres travailleurs et de la clientèle lorsque la distance minimale ne peut être respectée. Voir la fiche de l'**Institut de recherche Robert Sauvé en santé et sécurité au travail** pour avoir des détails sur les barrières physiques.
  - Dans l'impossibilité ou dans l'attente de mettre en place les mesures de distanciation ou une barrière physique :
    - Le port du masque de procédure médicale de qualité<sup>2</sup> et d'une protection oculaire (lunettes avec protection sur le côté ou visière couvrant le visage du front au menton) est recommandé.
    - À la fin du quart de travail, suivre la procédure suivante afin de retirer les équipements de protection :
      - a. Se laver les mains avec du savon ou une solution hydroalcoolique;
      - b. Retirer la protection oculaire;
      - c. Se laver les mains avec du savon ou une solution hydroalcoolique;
      - d. Retirer le masque en le manipulant uniquement par les élastiques ou les courroies;
      - e. Disposer le masque de procédure dans une poubelle, idéalement sans contact;
      - f. Désinfecter l'équipement réutilisable (ex. : protection oculaire ou visière si réutilisable) avec un produit adapté à l'équipement;
      - g. Se laver les mains ou utiliser une solution hydroalcoolique.

2 Idéalement, des masques ayant subi des tests de conformité (ASTM) doivent être privilégiés. Pour les détails sur les normes de qualité et pour les critères permettant d'aider l'employeur à choisir les bons masques en situation de pénuries réelles ou appréhendées : voir le document [du comité sur les infections nosocomiales du Québec](#) et le [document sur le choix des masques de procédure](#).

### Pour respecter ces mesures, envisagez de :

- Demander aux clients de faire leurs emplettes préférablement seuls.
- Prévoir du personnel pour surveiller les entrées et sorties du marché et s'assurer que les consignes sont respectées.
- Aménager le marché de manière :
  - › à délimiter l'espace avec des clôtures, des rubans ou tout autre matériel adapté afin de permettre un seul point d'entrée et un seul point de sortie sur le site du marché;
  - › à définir un sens de circulation unique obligatoire à l'intérieur du marché;
  - › à prévoir une distance suffisante, tel que le recommandent les autorités de santé publique, entre les kiosques ainsi qu'entre les clients et les marchands. Si ce n'est pas possible, envisager d'installer une barrière physique pour assurer la distanciation physique (ex. : panneaux de plexiglas). Autrement, le port d'un masque de procédure médicale de qualité et d'une protection oculaire (lunettes avec protection sur le côté ou visièrre couvrant le visage du front au menton est recommandé pour les marchands et les employés. N'oubliez pas d'informer les marchands de la procédure recommandée lorsqu'ils enlèvent leur équipement de protection.
- Étendre les heures d'ouverture afin de diminuer le nombre de personnes présentes sur les lieux au même moment.
- Préemballer les produits pour accélérer les transactions et faciliter le flot de circulation.
- Mettre en place un système de commandes qui pourraient être préparées avant l'arrivée des clients pour restreindre le temps qu'ils passent au marché.
- Encourager les producteurs à rendre disponible d'avance (site Internet, médias sociaux, infolettre, etc.) et à afficher de façon lisible la liste des produits et leur prix pour accélérer la distribution.
- Mettre en place un service de livraison à l'auto pour diminuer l'achalandage sur les lieux.
- Installer les aires de jeux pour enfants à l'extérieur du périmètre où se trouvent les kiosques de vente afin de contrôler le nombre de personnes présentes sur le site, de faciliter la distanciation physique et le maintien d'une fluidité de la circulation dans le marché.

### › Si vous possédez des aires de restauration intérieures ou extérieures :

- En période estivale, l'utilisation des aires de restauration extérieures devrait être favorisée autant que possible;
- Les aires de restauration, incluant les terrasses et les tables à pique-nique, doivent être aménagées pour qu'une distance minimale recommandée par les autorités de santé publique soit maintenue entre les tables, à moins qu'une barrière physique permettant de limiter la contagion ne les sépare. Cela pourrait impliquer de réduire la capacité d'accueil, selon la disponibilité de l'espace.
- L'installation de paravents entre les tables peut être envisagée. Les banquettes peuvent également constituer une barrière physique entre les clients. Ces banquettes devraient être d'une hauteur dépassant la tête des clients lorsqu'ils sont assis.
- Seules les personnes assises à une table peuvent recevoir un service.
- Un maximum de 10 personnes peut s'asseoir à une même table.
- Les clients n'habitant pas la même résidence privée ou ce qui en tient lieu doivent être assis à une distance suffisante les uns des autres ou doivent être séparés par des cloisons transparentes<sup>3</sup>.

3 Il n'est pas prévu que les entreprises offrant un service de restauration vérifient l'adresse des clients. Les consignes doivent être respectées par tous comme c'est le cas pour la fréquentation d'autres lieux publics.



### Pour respecter ces mesures, envisagez de :

- Installer les aires de restauration à l'extérieur du périmètre où se trouvent les kiosques de vente afin de contrôler le nombre de personnes présentes sur le site, de faciliter la distanciation physique et le maintien d'une fluidité de la circulation dans le marché.
- Dans les aires de restauration, espacer les tables selon la distance minimale recommandée par les autorités de santé publique. Lorsque ce n'est pas possible, installer des barrières physiques.
- Placer des affiches sur les tables indiquant les consignes à suivre.

- Si vous offrez des dégustations, veiller à maintenir en tout temps et en tout lieu une distance suffisante entre les personnes (tel que le recommandent les autorités de santé publique).

### Pour respecter cette mesure, envisagez de :

- Prévoir une cloison étanche entre les employés qui servent des dégustations et les clients si la distance minimale recommandée par les autorités de santé publique ne peut être respectée.
- Si cette distance minimale ne peut être maintenue, penser à porter un masque de procédure médicale de qualité et une protection oculaire (lunettes fermées sur les côtés ou visière couvrant le visage du front au menton).



### 3. MESURES D'HYGIÈNE POUR LES GESTIONNAIRES DE MARCHÉS PUBLICS, LES MARCHANDS ET LES CLIENTS

#### Les mesures de prévention recommandées

- Éviter que les clients aient accès aux toilettes réservées au personnel.

##### Pour respecter cette mesure, envisagez de :


- Mettre des affiches « Réservé au personnel » sur la porte des toilettes.

- Promouvoir le lavage des mains en mettant à la disposition des employés et des marchands le matériel nécessaire (eau courante, savon, solution hydroalcoolique (ayant au moins 60 % d'alcool), poubelles sans contact, mouchoirs jetables, serviettes ou papiers jetables, etc.).
- Les employés et les marchands devraient avoir accès à de l'eau courante tiède et à du savon pour se laver les mains pendant au moins 20 secondes, ce qui constitue la meilleure méthode d'hygiène des mains. Autrement, utiliser une solution hydroalcoolique (ayant au moins 60 % d'alcool) s'il n'y a pas d'accès à de l'eau et à du savon.
- Appliquer les mesures d'hygiène des mains :
  - En se lavant souvent les mains, notamment après avoir manipulé de l'argent, à l'arrivée et au départ du travail, après avoir été en contact avec des surfaces qui sont fréquemment touchées (interrupteurs, poignées de porte, micro-ondes, rampes d'escalier, etc.), avant et après les pauses et les repas, lors du passage aux toilettes, à l'entrée et à la sortie des ascenseurs;
  - En évitant de se toucher les yeux, le nez ou la bouche avec les mains.
- Respecter et faire la promotion de l'étiquette respiratoire (tousser ou éternuer dans son coude replié ou dans un mouchoir, jeter le mouchoir et se laver les mains dès que possible).

##### Pour respecter ces mesures, envisagez de :

- Remettre à tous les marchands une fiche de bonnes pratiques qui rappelle les mesures d'hygiène et l'étiquette respiratoire.
- Prévoir qui aura la responsabilité de fournir le matériel nécessaire (eau courante, savon, solution hydroalcoolique, poubelles sans contact, mouchoirs jetables, serviettes ou papier jetable, etc.) afin d'assurer le respect des mesures d'hygiène des mains.
- Assurer un accès à de l'eau courante (chaude et froide) en tout temps.

- Retirer les objets non essentiels (revues, journaux, bibelots) des aires communes ou des tables.
- Ne pas offrir de service d'emballage. Demander plutôt à chaque client d'emballer ses achats.
- S'assurer que les employés et marchands n'échangent pas de tasses, de verres, d'assiettes, d'ustensiles ou d'autres objets personnels. Ils doivent laver tous les objets qu'ils utilisent avec de l'eau savonneuse chaude ou un détergent recommandé.
- Limiter, mais ne pas refuser, les échanges de main à main (argent, chèque, carte de crédit, carte de fidélité, etc.). Privilégier plutôt les paiements sans contact par carte ou par téléphone cellulaire,



idéalement sur des terminaux fixes qui n'ont pas à être manipulés. Les clients devraient éviter de toucher aux boutons des terminaux et utiliser plutôt le paiement sans contact. Les terminaux devraient être désinfectés régulièrement.

- Éviter de manipuler les cartes bancaires ou les cellulaires des clients.
- Appliquer l'hygiène des mains le plus souvent possible (idéalement après chaque client s'il y a eu un contact avec de l'argent, une carte ou le terminal manipulé par le client), au moyen d'une solution hydroalcoolique ayant au moins 60 % d'alcool. Comme solution de rechange, l'emploi d'un linge humide savonneux à portée de la main au poste de travail, déposé dans un contenant étanche ouvert et changé régulièrement, est possible. Les travailleurs devraient avoir accès à de l'eau courante et à du savon, ce qui représente la meilleure méthode d'hygiène des mains.

#### **Pour respecter ces mesures, envisagez de :**

- Recommander aux marchands d'affecter, lorsque cela est possible, deux personnes au service à chaque kiosque : une personne pour donner les produits et une autre pour faire payer les clients.
- Réserver, à chaque kiosque, un espace pour déposer les produits et permettre au client d'emballer lui-même ses achats. Celui-ci peut utiliser des sacs réutilisables, mais les marchands ne doivent pas les manipuler.
- Limiter l'utilisation des ustensiles et des pinces à usages multiples qui sont réservés à la manipulation des produits et vous assurer que ces derniers sont manipulés uniquement par le marchand.
- Dans la mesure du possible, réduire les étalages de produits afin de limiter les endroits où la clientèle peut toucher aux produits.
- Éviter d'accepter les contenants des clients afin de réduire les risques de contamination.

- Installer à l'entrée et à la sortie du marché un distributeur de solution hydroalcoolique pour la désinfection des mains et inciter les gens à l'utiliser (ex. : affiches).
- Idéalement, prévoir la présence d'un employé à l'entrée qui peut donner des consignes et diriger les clients tout en maintenant la distance recommandée avec eux.

#### **Pour respecter ces mesures, envisagez de :**

- Installer, à l'entrée du marché et dans la file d'attente, des affiches qui rappellent aux clients les mesures d'hygiène, d'étiquette respiratoire et de distanciation physique à respecter.
- Rappeler aux clients de respecter l'étiquette respiratoire lorsqu'ils se trouvent près des aliments non emballés comme les fruits et les légumes et de laver à l'eau courante les fruits et légumes avant de les consommer.

- Pour les aires de restauration ainsi que pour les kiosques offrant de la nourriture pour consommation sur place :
  - Interdire les zones de libre-service de nourriture, de boissons et de couverts;
  - Retirer des tables les assaisonnements (ex. : sel, sucre, huile, épices) et tous les autres objets utilisés par les clients, de même que tout autre objet non essentiel.

### Pour respecter ces mesures, envisagez de :

- Demander à un employé de remettre lui-même les condiments, ustensiles, serviettes et autres objets dont la clientèle pourrait avoir besoin. Tous ces objets ne doivent pas être accessibles en libre-service et être mis à la disposition des clients.

#### ➤ Si vous pensez offrir des dégustations sur place :

- Ne pas mettre des plateaux de dégustation de produits en libre-service;
- Offrir une portion à déguster à la demande des clients seulement;
- Se laver fréquemment les mains (eau savonneuse ou solution hydroalcoolique), notamment avant de préparer une dégustation et après chaque client;
- Mettre à la disposition des personnes une solution hydroalcoolique (ayant au moins 60 % d'alcool);
- Éviter de toucher les aliments offerts en dégustation. Privilégier la manipulation des portions avec des instruments, comme des pinces;
- Si le format des aliments à déguster le permet, servir directement la portion dans un contenant jetable, sur une serviette en papier ou à l'aide d'un cure-dents (sans les mettre à la libre disposition des clients);
- Nettoyer les surfaces de façon régulière.

### Pour respecter ces mesures, envisagez de :

- Limiter la manipulation des aliments sur les lieux en préparant à l'avance, dans la mesure du possible, les portions de dégustation et les déposer dans leur contenant individuel de service, accompagnés des ustensiles nécessaires le cas échéant (ex. : assiette contenant un assortiment de petits morceaux de fromage piqués de cure-dents, confiture dans un petit godet avec une petite cuillère de dégustation).
- Déposer les contenants sur une surface dure et lavable ou par l'intermédiaire d'un plateau afin que le client puisse se servir lui-même.
- Prévoir des poubelles sans contact pour jeter les contenants utilisés.

## MISE EN GARDE

De façon générale, et sauf avis contraire, le port de gants pour prévenir la transmission de la COVID-19 n'est pas recommandé, car cela risque d'engendrer un faux sentiment de sécurité. Les gants peuvent se contaminer et ainsi contaminer la personne qui se touche le visage ou les diverses surfaces qui sont touchées.

## 4. MESURES POUR LE NETTOYAGE ET LA DÉSINFECTION


### Les mesures de prévention recommandées

Les produits habituels de nettoyage et de désinfection peuvent être utilisés. Voir les produits recommandés par [l'INSPQ](#) ou par [Santé Canada](#).

- Désinfecter l'endroit où le client a touché au panier de magasinage ou de transport après chaque utilisation, si ces paniers sont disponibles pour la clientèle.
- Maintenir les terminaux de paiement propres. Idéalement, un nettoyage à l'aide des produits usuels devrait être fait plusieurs fois par jour et si le terminal est visiblement souillé. S'assurer que le produit utilisé est approprié au terminal selon les recommandations du fournisseur. À noter qu'un polythène recouvrant les touches du terminal en facilite le nettoyage.
- Nettoyer et désinfecter régulièrement les surfaces fréquemment touchées (à chaque quart de travail ou à la suite de périodes d'achalandage) ou lorsqu'elles sont visiblement souillées.
- Nettoyer les installations sanitaires à chaque quart de travail et les désinfecter minimalement une fois par jour.
- Laver les vêtements portés au marché après chaque journée de travail, en utilisant le réglage d'eau chaude approprié pour ces articles et le détergent habituel, conformément aux instructions du fabricant du produit de nettoyage. Ces articles n'ont pas à être lavés séparément des autres vêtements. S'assurer d'un séchage adéquat. Éviter de secouer les vêtements souillés.


#### Pour respecter ces mesures, envisagez de :

- Ne pas utiliser de nappes, sauf si elles peuvent être nettoyées et désinfectées.
  - Le cas échéant, nettoyer les aires communes plusieurs fois par jour (comptoirs de salles de bain, poignées de porte, cloisons séparatrices, robinets, séchoirs à mains, etc.) et inclure un tableau indiquant les heures de tournée aux endroits visités.
  - Rappeler aux marchands et aux employés de laver leurs vêtements et tout le matériel qui a été utilisé au marché (nappes, tabliers, ustensiles, bacs, etc.).
  - Rappeler aux marchands de nettoyer et de désinfecter les tables à plusieurs reprises durant les heures d'ouverture du marché et à la fin de la journée.
  - Rappeler aux marchands de désinfecter régulièrement le matériel auquel la clientèle touche souvent (exemples : distributeur de produits en vrac, terminaux de paiement, etc.).
- Pour les aires de restauration ainsi que pour les kiosques offrant un service de restauration pour consommation sur place :
    - Désinfecter les objets ou le matériel partagés entre les clients (ex :. tables, chaises, menus). Un temps de désinfection doit être prévu entre les services;
    - Laver et assainir la vaisselle et les ustensiles utilisés par la clientèle selon les méthodes usuelles recommandées par le ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation;
    - L'utilisation de menus non manipulables (menus sur ardoise, sur des panneaux extérieurs, en ligne, etc.) est recommandée.

- 
- Pour l'offre de produits en dégustation :
    - Nettoyer les surfaces de façon régulière.

**Pour respecter ces mesures, envisagez de :**

- Si les lieux ne disposent pas des installations nécessaires pour assurer le lavage et l'assainissement de la vaisselle et des ustensiles utilisés par la clientèle, favoriser les ustensiles et la vaisselle jetables ou compostables ou inviter la clientèle à apporter ses propres ustensiles et vaisselle. Toutefois, les contenants que les clients apportent ne devraient être manipulés que par eux seuls.
- Choisir un mobilier (tables et chaises) qui est facilement lavable et désinfectable.
- Désigner une personne responsable de nettoyer et de désinfecter les tables et les chaises après chaque service ou le plus fréquemment possible. Il est aussi envisageable de mettre des produits de nettoyage et de désinfection à la disposition de la clientèle afin qu'elle désinfecte elle-même le matériel.



## SOLUTIONS POUR CONTRER L'ANXIÉTÉ ET LA DÉPRIME ASSOCIÉES À LA COVID-19

L'actuelle pandémie de la COVID-19 est un contexte particulier et inhabituel. Il est normal de vivre de la peur, du stress, de l'anxiété ou de la déprime. Les moyens pour améliorer sa situation sont de bien s'informer, de prendre soin de soi et d'aller chercher de l'aide au besoin.

### Voici des numéros de téléphone utiles pour obtenir de l'aide :

- **Association québécoise de prévention du suicide** : 1 866 APPELLE (277-3553)
- **Info-Social** (service de consultation téléphonique gratuit et confidentiel) : 811
- **Au Cœur des familles agricoles** (organisme offrant des services de première ligne, dont les travailleurs de rangs, aux producteurs et à leurs proches) : 450 768-6995
- **Programme d'aide pour les agriculteurs (PAPA) mis en place par l'Union des producteurs agricoles** (permet aux producteurs et à leurs familles d'accéder facilement à des services psychologiques, sociaux et physiques) : 1 833 368-8301

**Site Web** : [Programme d'aide pour les agriculteurs \(PAPA\)](#)

**Courriel** : [reception@optimasanteglobale.com](mailto:reception@optimasanteglobale.com)

## LIENS UTILES

### Désinfection et lavage des mains

- › [Comment désinfecter vos mains](#)
- › [Le lavage des mains simple et efficace!](#)

### Équipements de protection

- › [Comment retirer un masque de façon sécuritaire](#)

### Désinfection et lavage des équipements et des surfaces

#### Gouvernement du Québec :

- › [Méthode recommandée par l'INSPQ](#)

#### Gouvernement du Canada :

- › [Méthode recommandée par l'Agence de la santé publique du Canada](#)

### Produits désinfectants

#### Gouvernement du Canada :

- › [Désinfectants recommandés par l'Agence canadienne d'inspection des aliments](#)

### Lavage des fruits et légumes

#### Gouvernement du Québec :

- › [Lavage des fruits et légumes avant la consommation](#)

#### Gouvernement du Canada :

- › [Lavage des fruits et légumes avant la consommation](#)

### Un employé ou un entrepreneur présente des symptômes de la COVID-19

#### Gouvernement du Québec :

- › [Procédure](#)

### Affiches à imprimer

#### Gouvernement du Québec :

- › [Bonnes pratiques encouragées par le gouvernement pour les commerçants \(établissements alimentaires\)](#)
- › [On continue de se protéger! – COVID-19](#)
- › [Comment désinfecter vos mains](#)
- › [Le lavage des mains — Simple et efficace](#)
- › [Consignes au retour d'un voyage à l'étranger ou en présence de symptômes](#)

#### Gouvernement du Canada :

- › [Contribuez à réduire la propagation de la COVID-19](#)
- › [Prévention de la COVID-19 sur les lieux de travail : conseils aux employeurs, aux employés et aux travailleurs des services essentiels](#)

