

Directive pour la deuxième phase Coronavirus 2019 (COVID-19) : Directive pour les voyages

Lors de la deuxième phase, tout voyage en dehors de la région de la capitale nationale reste découragé. Étant donné que les voyages augmentent le risque d'être infecté(e) et de propager la COVID-19, il vaut mieux rester chez soi pour se protéger et ne pas infecter d'autres personnes.

Aucune définition ne saurait indiquer clairement ce qui constitue un voyage essentiel ou non essentiel. Cette décision appartient à la personne, à la famille et, dans certains cas, à l'employeur. Un voyage peut par exemple être essentiel en cas d'urgence familiale ou de déplacement professionnel important. Un voyage non essentiel peut être un départ en vacances, une sortie scolaire ou une conférence professionnelle.

Avant de voyager, il est important de déterminer si les risques liés au voyage en dehors de la région de la capitale nationale, pour vous-même et pour les autres, l'emportent sur les avantages. Ne voyagez pas si vous êtes malade ou si vous avez été en contact avec une personne atteinte de COVID-19 au cours des 14 derniers jours, et ne voyagez pas en compagnie d'une personne malade. Pour de plus amples renseignements, consultez le site coronavirus.dc.gov/phasetwo.

Veillez remarquer que toute personne rencontrant des symptômes de COVID-19 ou ayant récemment été exposée à une personne ayant reçu un diagnostic de COVID-19 devrait s'abstenir de voyager pour ne pas exposer d'autres personnes. Les symptômes de la COVID-19 sont notamment les suivants : fièvre (subjective ou de 38 degrés Celsius), frissons, toux, essoufflements ou difficultés respiratoires, fatigue, maux musculaires ou courbatures, maux de tête, perte inhabituelle du goût ou de l'odorat, mal de gorge, congestion nasale ou nez qui coule, nausée ou vomissements, diarrhée ou autres malaises.

Tenez compte des facteurs suivants avant de prendre une décision de voyage :

- Si la COVID-19 est présente là où vous voulez aller, vous risquez d'être infecté(e) pendant le voyage et de transmettre le virus aux membres de votre famille à votre retour.
- Si la COVID-19 est présente dans votre propre communauté, vous risquez de transmettre le virus lorsque vous voyagez, même si vous n'avez aucun symptôme.
- Les personnes âgées ou celles atteintes d'un problème de santé sous-jacent sont à **risque de complications** liées à la COVID-19 et doivent donc être prudentes.

Certains risques sont tout particulièrement liés à certaines méthodes de déplacement :

- Voyage aérien : Toute personne voyageant par avion doit faire la queue aux contrôles à l'aéroport et à l'embarquement, ce qui entraîne un contact étroit avec d'autres personnes et avec des surfaces fréquemment touchées. De plus, il est difficile de respecter la distanciation sociale dans un vol plein et vous serez peut-être contraint(e) de vous asseoir à proximité (à moins de 2 mètres) d'autres personnes, parfois pendant plusieurs heures, ce qui augmente le risque d'exposition à la COVID-19.
- Voyages en bus ou en train : Toute personne voyageant en bus ou en train peut être assise ou debout à moins de 2 mètres d'autres personnes.

- Voyages en voiture : Si vous faites des arrêts en cours de route pour faire le plein, pour manger ou pour aller aux toilettes, vous et vos compagnons de voyages risquez d'avoir un contact étroit avec d'autres personnes et avec des surfaces contaminées.
- Croisières : Les Centers for Disease Control and Prevention (CDC) recommandent actuellement de reporter vos projets de croisière, où que vous vous trouviez.

Besoins à prévoir en cas de voyage :

- Munissez-vous d'une réserve de médicaments suffisante pour tout le voyage.
- Prenez assez de désinfectant pour les mains à base d'alcool (au moins 60 % d'alcool) et gardez-le sur vous.
- Apportez une protection pour le visage en tissu pour la porter en public, y compris dans les zones de plein air où il est difficile de maintenir la distanciation sociale.
- Préparez de la nourriture et de l'eau pour votre voyage. Prenez des aliments non périssables au cas où les restaurants et les magasins fermeraient.
- Si vous nettoyez le lieu où vous vous logez, consultez les directives du CDC relatives au nettoyage et à la désinfection sur [cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/cleaning-disinfection.html#clean-disinfect](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/cleaning-disinfection.html#clean-disinfect).

Respectez les restrictions de voyage étatique et locales :

- Pour obtenir des renseignements à jour et des directives de voyage, consultez les organismes de santé étatiques ou locaux où vous vous trouvez, en cours de route et à votre destination. Une liste des sites web des organismes de santé étatiques et locaux est disponible sur le site web du CDC : [cdc.gov/publichealthgateway/healthdirectories/healthdepartments.html](https://www.cdc.gov/publichealthgateway/healthdirectories/healthdepartments.html).
- Pendant le voyage, il est possible qu'un gouvernement étatique ou local impose des restrictions de voyage, notamment des ordres de confinement, des mises en quarantaine obligatoires à votre arrivée, voire même des fermetures de frontière interétatique. Restez au fait de la situation lorsque vous voyagez.

De nombreuses destinations internationales ont imposé des restrictions de voyage interdisant aux non-résidents d'entrer dans le pays ou exigeant des visiteurs une auto-isolation.

- Les restrictions imposées aux visiteurs changent souvent. Il est important de savoir quelles restrictions existent avant de planifier un voyage vers une destination internationale et de partir.
- Veuillez remarquer que, compte tenu des restrictions et des interruptions de voyage possibles, si vous partez à l'étranger, il n'y a aucune garantie que vous pourrez revenir.
- Pour obtenir des renseignements sur la santé pour un pays particulier, veuillez consulter la page web du CDC relative aux avis de santé aux voyageurs sur [cdc.gov/travel/notices](https://www.cdc.gov/travel/notices).

À votre retour après un voyage international ou dans une zone de transmission communautaire généralisée, vous devriez rester chez vous pendant 14 jours à compter de votre date de retour et prendre les précautions suivantes.

- Respectez la directive pour les « contacts d'une personne atteinte de COVID-19 » sur [coronavirus.dc.gov/healthguidance](https://www.coronavirus.dc.gov/healthguidance). Cela signifie notamment ce qui suit :

- Prenez votre température à l'aide d'un thermomètre deux fois par jour et vérifiez si vous n'avez pas de fièvre. Soyez également vigilant(e) par rapport à la toux, aux difficultés respiratoires et à tout autre symptôme de la COVID-19. Utilisez un journal de température pour documenter votre température.
- Restez chez vous et évitez tout contact avec d'autres personnes. N'allez ni au travail, ni à l'école.
- Isolez-vous (distance de 2 mètres par rapport aux autres personnes), y compris chez vous.

Si vous rencontrez des symptômes :

- Consultez votre professionnel de santé. Appelez-le à l'avance et expliquez-lui vos symptômes.
- Composez le 911 en cas d'urgence médicale, par exemple en cas de difficultés respiratoires, d'essoufflements, de douleurs ou d'oppression persistantes sur la poitrine, de confusion inhabituelle, d'impossibilité de vous éveiller, ou de teint bleu des lèvres ou du visage.
- Si vous devez vous faire tester, des renseignements sur les options de dépistage de COVID-19 sont disponibles sur coronavirus.dc.gov/testing.

Ces recommandations continueront d'être mises à jour. Veuillez consulter régulièrement le site coronavirus.dc.gov pour obtenir des renseignements à jour.