

Coronavirus (COVID-19)

LIENS UTILES ET PUBLICATIONS ÉMISES DANS LE CONTEXTE DE LA COVID-19

Ce document a été réalisé afin de répertorier les publications et sources d'information à propos de diverses thématiques dans le contexte de la COVID-19. Il se veut un outil pour répondre aux questions de différents partenaires régionaux entourant les adaptations nécessaires à leurs activités respectives. De plus, du contenu concernant les saines habitudes de vie, notamment la saine alimentation, le mode de vie physiquement actif et la santé mentale a été ajouté pour s'y référer au besoin. Le maintien d'une santé globale optimale demeure un enjeu actuel et le maintien de saines habitudes de vie représente un défi constant malgré les adaptations nécessaires en raison de la COVID-19.

Considérant l'évolution de la situation, il se peut que des mises à jour fréquentes s'effectuent. Référez-vous à la date de la version du document. Il se peut toutefois que des mises à jour nous aient échappé.

Sujets	Titres	Sources ¹
Milieus de vie		
Écoles	<ul style="list-style-type: none">• Écoles et services de garde (COVID-19)<ul style="list-style-type: none">• Établissements préscolaires, primaires et secondaires dans le contexte de la COVID-19• Mesures de sécurité pour les travailleurs et les enfants dans les écoles primaires et les services de garde en contexte de COVID-19• Séquence d'ouverture des établissements scolaires dans le contexte de la COVID-19• Questions et réponses sur l'éducation et la famille dans le contexte de la COVID-19• Questions-réponses pour les responsables des services de garde d'urgence (SDGU) en petite enfance et en milieu scolaire• Prévention et contrôle des infections dans les services de garde et écoles du Québec – Guide d'intervention édition 2015<ul style="list-style-type: none">• Chapitre 4 – Pratiques de base :<ul style="list-style-type: none">- Hygiène des mains- Hygiène respiratoire- Port de gants- Entretien, hygiène et salubrité des objets, des surfaces et des locaux• Trousse d'outils pour le milieu scolaire<ul style="list-style-type: none">• Guide des normes sanitaires en milieu de travail pour le milieu scolaire – COVID-19• Liste de vérifications quotidiennes• Affiche, Mesures de prévention pour la santé dans le milieu scolaire	Gouvernement du Québec MSSS CNEST

Sujets	Titres	Sources ⁱ
Familles	<ul style="list-style-type: none"> • Questions et réponses sur l'éducation et la famille dans le contexte de la COVID-19 • Grossesse, accouchement et postnatal en contexte de pandémie – coronavirus (COVID-19) • Outil d'information pour les parents • Outil d'information pour la mère atteinte de la COVID-19 • Outil d'information pour les professionnels de la santé en contexte de pandémie • Mieux vivre avec notre enfant de la grossesse à deux ans- Manipulation des préparations commerciales pour nourrissons • Protégeons l'allaitement - Les banques alimentaires ont un rôle à jouer • Information pour les parents d'enfants de 0 à 17 ans – coronavirus (COVID-19) • Boîte à outils des parents (0-5 ans) • LigneParents COVID-19 • Vidéo, La COVID-19 expliquée tout simplement aux enfants • Vidéo, Le déconfinement : Ce que tu dois mettre dans la boîte à outils pour bien vivre cette étape • Soyons des voisins solidaires avec les enfants pour faire face au coronavirus 	<p>Gouvernement du Québec INSPO Mouvement Allaitement du Québec AQCPE LigneParents Coopérative nationale de l'information indépendante Télé-Québec Naître et grandir CAMF</p>
Immeubles à logements multiples	<ul style="list-style-type: none"> • Information aux propriétaires et résidents d'immeubles à logement multiples 	<p>CISSS de Lanaudière</p>
Municipalités/Villes	<ul style="list-style-type: none"> • Questions et réponses pour les municipalités dans le contexte de la COVID-19 • Questions et réponses à l'intention des municipalités – 15 avril 2020 • COVID-19 – séances d'échanges et de discussions intermunicipales • Bilan des webinaires réalisés entre le 7 et le 17 avril 2020 • Soyons des voisins solidaires pour faire face au coronavirus • Guide de relance des camps en contexte de COVID-19 <p>Outils si vous opérez votre camp de jour cet été :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Guide de normes sanitaires en milieu de travail pour les camps de jour – COVID-19 • Liste de vérifications quotidiennes • Affiches, Mesures de prévention pour la santé dans les camps de jour • Coronavirus et loisir municipal : Mesure des effets, impacts et enjeux (8 avril 2020) • COVID-19 : Lieux de baignade • COVID-19 : Environnement extérieur – Questions-réponses 	<p>Gouvernement du Québec CAMF Association des camps du Québec CNESST AQLM INSPO</p>

Sujets	Titres	Sources ⁱ
Services de garde	<ul style="list-style-type: none"> • Écoles et services de garde (COVID-19) <ul style="list-style-type: none"> • Services de garde éducatifs à l'enfance dans le contexte de la COVID-19 • Mesures de sécurité pour les travailleurs et les enfants dans les écoles primaires et les services de garde en contexte de COVID-19 • Services de garde d'urgence • Séquence d'ouverture des établissements scolaires dans le contexte de la COVID-19 • Recommandations intérimaires concernant les travailleuses des services de garde • Questions-réponses pour les responsables des services de garde d'urgence (SDGU) en petite enfance et en milieu scolaire • Questions et réponses sur l'éducation et la famille dans le contexte de la COVID-19 • Prévention et contrôle des infections dans les services de garde et écoles du Québec – Guide d'intervention édition 2015 <ul style="list-style-type: none"> • Chapitre 4 – Pratiques de base : <ul style="list-style-type: none"> - Hygiène des mains - Hygiène respiratoire - Port de gants - Entretien, hygiène et salubrité des objets, des surfaces et des locaux • Trousse d'outils pour le secteur des services de garde <ul style="list-style-type: none"> • Guide de normes sanitaires en milieu de travail pour les services de garde – COVID-19 • Liste de vérifications quotidiennes • Affiche, Mesures de prévention pour la santé dans les services de garde • Trousse d'outils pour le secteur des services de garde en milieu familial <ul style="list-style-type: none"> • Guide de normes sanitaires pour les services de garde en milieu familial – COVID-19 • Liste de vérifications quotidiennes • Affiche, Mesures de prévention pour la santé dans les services de garde en milieu familial 	Gouvernement du Québec MSSS INSPQ CNEST
Secteurs d'activité		
Employeurs	<ul style="list-style-type: none"> • Guide retour au travail • Trousse COVID-19 • Fournisseurs locaux : Matériel et équipement de protection en prévision de la reprise des activités économiques • Besoins urgents de main-d'œuvre dans le contexte de la COVID-19 • Je bénévole 	CRHA CNEST Lanaudière économique Gouvernement du Québec MTESS et FCABQ

Sujets	Titres	Sources ⁱ
Travailleurs/Bénévoles	<ul style="list-style-type: none"> • Trousse COVID-19 • COVID-19 : Recommandations intérimaires pour la protection des travailleurs immunosupprimés • COVID-19 : Recommandations intérimaires pour la protection des travailleurs avec maladies chroniques • Besoins urgents de main-d'œuvre dans le contexte de la COVID-19 • Travailleurs : trouver une aide financière • Je bénévole • Collecte de sang • Participer à une étude clinique pour le traitement des personnes testées positives à la COVID-19 	CNESST INSPQ Gouvernement du Québec MTESS et FCABQ Héma-Québec ICM
Aide financière d'urgence (organismes)	<ul style="list-style-type: none"> • Fonds d'urgence et de relance pour les organismes communautaires • Fonds d'urgence pour l'appui communautaire (Centraide) • Fonds d'urgence pour l'appui communautaire (Philanthropie Lanaudière) 	Centraide Lanaudière Philanthropie Lanaudière
Commerces de détail	<ul style="list-style-type: none"> • Trousse d'outils pour le secteur du commerce de détail • Guide de normes sanitaires en milieu de travail pour le secteur du commerce de détail – COVID19 • Liste de vérifications quotidiennes secteur du commerce de détail • <i>Affiche</i>, Mesures de prévention pour la santé des travailleurs et des travailleuses du secteur du commerce de détail 	CNESST
Jardins communautaires et collectifs	<ul style="list-style-type: none"> • Ouverture sécuritaire des jardins communautaires et collectifs • Consignes pour l'accès aux jardins communautaires et collectifs • Information aux usagers d'un jardin communautaire • <i>Affiche</i>, Pictogrammes pour les usagers d'un jardin 	CISSS de Lanaudière MSSS

Sujets	Titres	Sources ⁱ
Loisir, sport et plein air	<ul style="list-style-type: none"> • Reprise des activités sportives, de loisir et de plein air en contexte de COVID-19 • Directive de santé publique concernant la reprise progressive des activités de sport et de loisir en contexte de COVID-19 • Questions et réponses sur les événements et les activités touristiques dans le contexte de la COVID-19 • Guide de relance des camps en contexte de COVID-19 • Trousse d'outils pour le secteur des activités de loisir, de sport et de plein air <ul style="list-style-type: none"> • Guide de normes sanitaires en milieu de travail pour le secteur des activités de loisir, de sport et de plein air – COVID-19 • Liste de vérifications quotidiennes • Affiche, Mesures de prévention pour la santé des travailleurs et des travailleuses du secteur des activités de loisir, de sport et de plein air • Coronavirus et loisir municipal : Mesure des effets, impacts et enjeux (8 avril 2020) • COVID-19 : Lieux de baignade • COVID-19 : Environnement extérieur – Questions-réponses 	<p>Gouvernement du Québec CNESST Association des camps du Québec AQLM INSPQ</p>
Marchés publics, kiosques et boutiques	<ul style="list-style-type: none"> • Marchés publics - Guide d'application des mesures de prévention recommandées dans le contexte de la Covid-19 • Vente directe en kiosque et boutique – Guide d'application des mesures de prévention recommandées dans le contexte de la Covid-19 • Points de livraison ou de distribution – Guide d'application des mesures de prévention recommandées dans le contexte de la Covid-19 	<p>Gouvernement du Québec</p>

Sujets	Titres	Sources ⁱ
Organismes communautaires	<ul style="list-style-type: none"> • Liste des organismes communautaires de la région ouverts/fermés • Message pour les organismes ayant suspendu leurs services (19 mars 2020) • Message pour les organismes ouverts (19 mars 2020) • Formulaire : Besoins en ressources humaines pour maintenir les services essentiels • Formulaire : Personne qui désire offrir ses services dans le cadre de la pandémie CODIV-19 • Informations importantes aux organismes communautaires faisant de la distribution alimentaire (23 mars 2020) • Prévention des infections Conseils aux organismes communautaires (26 mars 2020) • Orientations concernant les organismes communautaires : document questions/réponses (25 mars 2020) • Petit guide à l'intention des coordinations et des directions des organismes communautaires • Informations importantes pour les organismes communautaires reconnus et/ou recevant un financement du PSOC • PSOC Répartition fonds d'urgence COVID-19 • Programme de soutien aux organismes communautaires - Reddition de comptes annuelle des organismes (4 mai 2020) 	<p>CISSS de Lanaudière CIUSSS de la Capitale Nationale</p>
Concertations régionales	<ul style="list-style-type: none"> • CENTRAIDE Lanaudière <ul style="list-style-type: none"> • Page Facebook Centraide Lanaudière • CREVALE (Comité régional de valorisation de l'éducation) <ul style="list-style-type: none"> • Page Facebook CREVALE • Éducation Lanaudière • ENVOLÉE • FADOQ Lanaudière • Lanaudière économique • Loisir et sport Lanaudière • Page Facebook Lanaudière économique • PLI (Plateau lanaudois intersectoriel) • TPDSL <ul style="list-style-type: none"> • Page Facebook TPDSL • Table des préfets de Lanaudière • Table régionale de concertation des aînés de Lanaudière <ul style="list-style-type: none"> • Page Facebook de la Table régionale de concertation des aînés de Lanaudière • TROCL (Table régionale des organismes communautaires de Lanaudière) <ul style="list-style-type: none"> • Page Facebook TROCL • TROCFL (Table régionale des organismes communautaires famille de Lanaudière) <ul style="list-style-type: none"> • Page Facebook TROCFL 	

Sujets	Titres	Sources ⁱ
Popotes roulantes et services alimentaires	<ul style="list-style-type: none"> • Mon organisme offre un service de popote roulante. Devrions-nous poursuivre les services à nos usagers? (17 avril 2020) • Guides sur les services alimentaires offerts dans le contexte de la COVID-19 MRC du Nord MRC du Sud 	DSPublique de Montréal et MSSS CISSS de Lanaudière
Vente de produits usagers (ex. : friperies, meubles)	<ul style="list-style-type: none"> • Recommandations de santé publique, réouverture des commerces de vente de produits de seconde main • COVID-19 : Réouverture sécuritaire des comptoirs ou magasins de produits usagés 	CISSS de la Montérégie-Centre CISSS de Lanaudière
Reprise graduelle des activités et déconfinement	<ul style="list-style-type: none"> • Reprise graduelle des activités en lien avec les mesures de ralentissement de la COVID-19 • COVID-19 Ouvert ou fermé? (dernières mises à jour concernant les modifications aux services et les changements aux événements pour la région du Grand Montréal) • Liste des organismes communautaires de la région ouverts/fermés • Guides sur les services alimentaires offerts dans le contexte de la COVID-19 MRC du Nord MRC du Sud • Planification du déconfinement et conditionnel à l'évolution de la pandémie 	Gouvernement du Québec Radio-Canada CISSS de Lanaudière
Consignes sanitaires		
Consignes sanitaires générales	<ul style="list-style-type: none"> • Consignes et directives (COVID-19) <ul style="list-style-type: none"> • Informations générales sur la maladie à coronavirus (COVID-19) • <i>Affiche, On reste à la maison et on sauve des vies!</i> • <i>Affiche, Étapes en cas de symptômes – Coronavirus (COVID-19)</i> • Guide auto-soins – COVID-19 	Gouvernement du Québec MSSS
Rassemblements	<ul style="list-style-type: none"> • Rassemblements dans le contexte de la COVID-19 • Questions et réponses sur le transport, les déplacements et les rassemblements dans le contexte de la COVID-19 	Gouvernement du Québec
Lavage des mains	<ul style="list-style-type: none"> • Lavage des mains • <i>Affiche, Le lavage des mains, simple et efficace!</i> • <i>Affiche, Comment désinfecter vos mains</i> • Lavage des mains – version simplifiée imagée • <i>Affiche, Lavage des mains</i> 	Gouvernement du Québec MSSS MFA
Tousser et éternuer dans son coude	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Affiche, Tousser ou éternuer sans contaminer</i> • Tousser ou éternuer sans contaminer 	MSSS Gouvernement du Québec
Port du couvre-visage (masque en tissu, lavable, réutilisable)	<ul style="list-style-type: none"> • Port du couvre-visage dans les lieux publics en contexte de pandémie de la Covid-19 • <i>Infographie, Port du couvre-visage dans les lieux publics</i> 	Gouvernement du Québec MSSS

Sujets	Titres	Sources ⁱ
Utilisation d'un masque	<ul style="list-style-type: none"> Affiche, Protégeons-nous contre la covid-19 - Port du masque Comment mettre un masque Affiche, Fièvre et toux? Portez un masque 	MSSS
Habillage et déshabillage	<ul style="list-style-type: none"> Procédure d'habillage et de déshabillage pour les précautions gouttelettes contact avec protections oculaires 	CHU de Québec, Université Laval
Produits nettoyants à utiliser	<ul style="list-style-type: none"> Désinfectants pour surfaces dures et désinfectants pour les mains (COVID-19) COVID-19 : Nettoyage de surfaces 	Santé Canada INSPQ
Contenu concernant les saines habitudes de vie		
Santé globale	<ul style="list-style-type: none"> Aller mieux en contexte de pandémie (COVID-19) Enseigner dehors 	Gouvernement du Québec Fondation Monique-Fitz-Back
Capsule	<ul style="list-style-type: none"> Saines habitudes de vie en contexte de pandémie 	CISSS de Lanaudière
Information et conseils	<ul style="list-style-type: none"> Saines habitudes de vie 	Gouvernement du Québec
	<ul style="list-style-type: none"> Un sondage confirme que la pandémie modifie les habitudes de vie et la consommation d'alcool et de cannabis des Québécois Boîtes à idées évolutives 	Coalition Poids
	<ul style="list-style-type: none"> Défi santé : Conseils santé pour améliorer vos habitudes de vie 	Défi santé
Contenu concernant la saine alimentation		
Agriculture urbaine	<ul style="list-style-type: none"> Cultive ta ville 	Laboratoire sur l'agriculture urbaine, UQAM
Information et conseils	<ul style="list-style-type: none"> Guide alimentaire canadien 	Gouvernement Canada
	<ul style="list-style-type: none"> Idées pour vous maintenir en santé : Alimentation 	Coalition Poids
	<ul style="list-style-type: none"> Défi santé : Mieux manger 	Défi santé
	<ul style="list-style-type: none"> Cuisiner en famille : 5 trucs pour faire participer les enfants 	Vifa Magazine
	<ul style="list-style-type: none"> Page Facebook Les ateliers 5 épices 	Ateliers 5 épices
	<ul style="list-style-type: none"> Techniques culinaires Trucs de parents Jeux et outils 	Fondation Olo
	<ul style="list-style-type: none"> Cuisinons en famille 	Producteurs laitiers du Québec
	<ul style="list-style-type: none"> Rejoindre les parents en lien avec la saine alimentation 	Commission scolaire des Samares et DSPublique de Lanaudière
	<ul style="list-style-type: none"> Espace Web monÉquilibre Mon alimentation : pour découvrir le plaisir de manger en toute liberté 	ÉquiLibre

Sujets	Titres	Sources ⁱ
Les mythes alimentaires	<ul style="list-style-type: none"> Mythes alimentaires 	Extenso
Contenu concernant le mode de vie physiquement actif		
Activités physiques jeunes/enfants/familles	<ul style="list-style-type: none"> Force4 	Grand Défi Pierre Lavoie
	<ul style="list-style-type: none"> Pause active WIXX : Pierre-Luc Funk 	WIXX
	<ul style="list-style-type: none"> Les écoles sont fermées. On fait quoi maintenant? Voici plus de 200 activités à faire à la maison, avec les enfants 	Actif pour la vie
	<ul style="list-style-type: none"> Crée ta journée idéale 	ParticipACTION
	<ul style="list-style-type: none"> Télé-Québec en classe - Éducation physique et à la santé 	Télé-Québec
	<ul style="list-style-type: none"> Curio/Éducation physique et sports 	Radio-Canada
Plein air	<ul style="list-style-type: none"> Kali au camp 	Club 4H, ACQ, CREO et iScola
	<ul style="list-style-type: none"> Favoriser le jeu actif à l'extérieur 	Vifa Magazine
Danse	<ul style="list-style-type: none"> Créateur en mouvement 	Danse Danse
Activité physique pour adolescentes	<ul style="list-style-type: none"> Fillactive club Entraînement défoulement Entraînement danse 	Fillactives
Activités physiques aînés	<ul style="list-style-type: none"> Programme Le GO pour bouger! Move50+ Danse en position assise pour les aînés La santé des aînés à l'ère de la COVID-19 : Autonomie et mobilité Soutenir le renforcement de l'autonomie Le CRIUGM répond au confinement des aînés : santé physique 	Santé Montréal Sercovie OBNL Prima-Danse Fondation AGES CRIUGM
Défis	<ul style="list-style-type: none"> House Madness Challenge 	Pour 3 points
	<ul style="list-style-type: none"> #Stayathomechallenge 	Impact de Montréal
	<ul style="list-style-type: none"> Bouge-toi l'cube! 	Grand défi Pierre Lavoie
Entraînements	<ul style="list-style-type: none"> Entraînements à la maison : les exercices des kinésiologues 	Fédération des kinésiologues du Québec
Information et conseils	<ul style="list-style-type: none"> Améliorer sa santé grâce à l'activité physique 	Gouvernement du Québec
	<ul style="list-style-type: none"> Idées pour vous maintenir en santé 	Coalition Poids
	<ul style="list-style-type: none"> Défi santé : Bouger plus 	Défi santé
	<ul style="list-style-type: none"> Espace Web monÉquilibre Mon rythme : pour le bonheur de bouger et d'être actif au quotidien 	Équilibre

Sujets	Titres	Sources ⁱ
Aménagement	<ul style="list-style-type: none"> • Bouger : Les villes s'adaptent à la distanciation physique • Un modèle de résolution pour les municipalités : Permettre aux enfants de jouer dans les rues résidentielles et les ruelles en toute sécurité 	Coalition Poids
Contenu concernant la santé mentale		
Ressources d'aide	<ul style="list-style-type: none"> • Lignes d'écoute et d'aide 	CISSS de Lanaudière
Prévention	<ul style="list-style-type: none"> • On protège aussi sa santé mentale! • On protège aussi la santé mentale de nos jeunes! • COVID-19 : On protège aussi sa santé mentale – Prendre soin des adolescents • On protège aussi sa santé mentale! Rester en contact virtuellement • On protège aussi sa santé mentale! Rester informé • On protège aussi sa santé mentale! Encadrer les enfants à la maison • On protège aussi sa santé mentale! Bouger à la maison • On protège aussi sa santé mentale! Organiser le télétravail • Aller mieux en contexte de pandémie (COVID-19) • Prendre soin de soi et des autres • Détresse en période de COVID-19 	MSSS CISSS de la Gaspésie et CISSS des Îles Gouvernement du Québec L'école ouverte AQPS
Deuil	<ul style="list-style-type: none"> • COVID-19 : Le deuil chez l'enfant et l'adolescent • COVID 19 : Je suis en deuil d'une ou des personnes chères en raison de la pandémie 	MSSS
Estime de soi, équilibre	<ul style="list-style-type: none"> • Espace Web monÉquilibre • Mon corps : pour l'aimer et en prendre soin • Défi santé : garder l'équilibre 	ÉquiLibre Défi santé
Saine gestion des écrans	<ul style="list-style-type: none"> • PAUSE 	Capsana
Stress, anxiété et usage de substances	<ul style="list-style-type: none"> • Composer avec le stress, l'anxiété et l'usage de substance pendant la COVID-19 • COVID-19 et usage d'alcool et de cannabis • COVID-19 et fumée de cannabis : 4 choses à savoir • COVID-19 : Gérer son stress 	Commission de la santé mentale du Canada Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances Le curieux

Sites de référence – Information générale en lien avec la COVID-19
CISSS de Lanaudière / Section Coronavirus COVID-19 –Informez-vous
CISSS de Lanaudière / Section partenaires
CNESST – Information COVID-19
Gouvernement du Canada / Maladie à coronavirus
Gouvernement du Québec / Maladie à coronavirus
Institut national de santé publique du Québec (INSPQ)
Ministère de la santé et des services sociaux (MSSS)/ Publications COVID-19
Ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur (MEES)/ Coronavirus
Ministère de la Famille (MFA)/ Service de garde d'urgence/ Coronavirus
Ministère des Affaires municipales et de l'Habitation (MAMH)/ Coronavirus
Table nationale des corporations de développement communautaire (TNCDC) / COVID-19 Centre de documentation de la TNCDC/
Coalition des Tables Régionales d'Organismes Communautaires (CTROC)/ Bulletins

ⁱ Légende :

AQCPE : Association québécoise des centres de la petite enfance
 AQLM : Association québécoise du loisir municipal
 AQPS : Association québécoise de prévention du suicide
 CAMF : Carrefour action municipale et famille
 CHU : Centre hospitalier universitaire
 CISSS : Centre intégré de santé et de services sociaux
 CNESST : Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail
 CRHA : (Ordre des) conseillers en ressources humaines agréés
 CRIUGM : Centre de recherche institut universitaire de gériatrie de Montréal
 DSPublique : Direction de santé publique
 FACBQ : Fédération des centres d'action bénévole du Québec
 ICM : Institut de cardiologie de Montréal
 INSPQ : Institut national de santé publique du Québec
 MFA : Ministère de la Famille
 MSSS : Ministère de la Santé et des Services sociaux
 MTESS : Ministère du travail, de l'emploi et de la solidarité sociale
 OBNL : Organisme à but non lucratif
 UQAM : Université du Québec à Montréal