



UK Health  
Security  
Agency

# Directives à l'intention des individus ayant été en contact avec des personnes testées positives au coronavirus (COVID-19) et qui ne vivent pas avec ces dernières

Si vous vivez avec une personne qui présente des symptômes de la COVID-19 (coronavirus) ou qui a fait l'objet d'un test au résultat positif, vous devez suivre les directives [Confinement à domicile : directives pour les foyers présentant un cas possible ou confirmé de COVID-19](#).

Si vous avez été en contact étroit avec une personne testée positive à la COVID-19, mais avec qui vous ne vivez pas, suivez les directives ci-dessous.

## Personnes concernées par ces directives

Ces directives s'adressent aux personnes qui ont été averties par le service de test et de traçage du NHS (NHS Test and Trace)<sup>1</sup> qu'elles avaient été en contact avec une personne testée positive à la COVID-19 qui n'habite pas dans leur foyer.

Il existe des [directives spécifiques applicables aux personnes travaillant dans les domaines de la santé et des services sociaux](#).

Les contacts d'une personne qui a été testée positive à la COVID-19 doivent suivre ces directives car ils risquent eux-mêmes de développer la COVID-19 dans les 10 jours suivants. Ils pourraient contaminer d'autres personnes avant même l'apparition de leurs symptômes.

## Qu'entend-on par contact ?

Un contact est un individu qui a été en contact étroit avec une personne testée positive à la COVID-19. Le contact peut s'être produit à tout moment dans les 2 jours précédant l'apparition des symptômes chez la personne testée positive (ou, si elle n'a pas eu de symptômes, à partir de 2 jours avant la date à laquelle son test positif a été effectué) et jusqu'à 10 jours après, car c'est durant cette période qu'elle peut transmettre l'infection à d'autres. Une évaluation des risques peut être effectuée pour avérer ce fait, mais un contact peut être :

- tout individu vivant dans le même foyer qu'une personne présentant des symptômes de la COVID-19 ou qui a reçu un résultat positif au test de dépistage de la COVID-19
- tout individu qui a eu l'un des contacts suivants avec une personne testée positive à la COVID-19 :
  - contact en face à face, y compris si l'on a toussé face à lui, ou dans le cas d'une conversation en face à face à moins d'un mètre

---

<sup>1</sup> Aux fins de ces directives, cela inclut les traceurs de contact/gestionnaires d'appels du service de test et de traçage, les traceurs de contact municipaux collaborant avec le service de test et de traçage du NHS, les équipes de protection de la santé de Public Health England et le personnel du NHS (pour les contacts des personnels de santé)

- contact à moins d'un mètre, pendant une minute ou plus, sans face à face
- contact à moins de 2 mètres avec une personne pendant plus de 15 minutes (soit sous la forme d'un contact unique, soit en cumulant le temps passé ensemble au cours d'une journée)

Une personne peut également être un contact proche si elle a voyagé dans le même véhicule ou avion qu'une personne testée positive à la COVID-19.

Si vous avez été identifié(e) comme un contact, vous avez été évalué(e) comme étant à risque de développer la COVID-19, même si vous ne présentez pas de symptômes actuellement. Vous devez suivre la totalité des directives présentées dans ce document.

Une interaction via un écran Perspex (ou équivalent) avec une personne testée positive à la COVID-19 n'est généralement pas considérée comme un contact, tant qu'il n'y a pas eu d'autre contact correspondant à ceux de la liste ci-dessus.

Si vous avez été en contact avec une personne testée positive à la COVID-19, le service Test and Trace du NHS vous avertira par SMS, e-mail ou téléphone, et vous devrez rigoureusement suivre ces directives.

## **Principaux messages**

Si le service Test and Trace du NHS vous a indiqué que vous aviez été en contact avec une personne testée positive à la COVID-19, vous devez vous confiner à domicile. Votre période d'isolement inclut la date de votre dernier contact avec la personne ayant reçu un résultat positif au test de dépistage de la COVID-19 et les dix jours pleins qui suivent. Cela signifie par exemple que si votre dernier contact avec elle a eu lieu le 15 du mois, votre période d'isolement se termine le 25 à 23 h 59.

Ne vous rendez pas au travail, à l'école ou dans des lieux publics, et n'empruntez pas les transports publics ou des taxis. Si vous vivez avec une personne [extrêmement vulnérable d'un point de vue médical](#), tenez-vous éloigné(e) d'elle autant que possible.

Dans certaines circonstances, la personne avec laquelle vous avez eu un contact étroit subira un test PCR de suivi et pourra être informée qu'elle peut mettre fin à son confinement. Dans ce cas, NHS Test and Trace vous contactera et vous informera que vous pouvez également cesser de vous confiner.

A partir du 16 août, il se peut que vous ne soyez pas tenu(e) de vous confiner si l'on vous notifie que vous êtes un contact d'une personne qui a été testée positive à la COVID-19, par exemple si vous êtes entièrement vacciné(e). Vous trouverez de plus amples informations sur [les situations où vous n'êtes pas obligé\(e\) de vous confiner, plus loin dans les présentes directives](#).

Si vous développez l'un des symptômes suivants : une toux nouvelle et persistante, une forte fièvre, ou une perte ou une altération de votre sens normal du goût ou de l'odorat (anosmie), vous devriez vous confiner et prendre des dispositions pour passer un [test PCR de dépistage de la COVID-19](#) soit en ligne soit par téléphone en appelant le 119, même si vos symptômes sont bénins.

Si vous ne présentez aucun de ces symptômes, les autres membres de votre foyer n'ont pas besoin de se confiner à domicile avec vous.

## **De quelle manière serez-vous informé(e) que vous êtes un contact ?**

Le service Test and Trace du NHS contactera tout individu ayant été en contact avec une personne testée positive à la COVID-19 par SMS, e-mail, téléphone ou l'appli NHS COVID-19.

## **Que faire si vous avez été en contact avec une personne testée positive à la COVID-19 ?**

S'il vous a été notifié que vous avez été en contact avec une personne testée positive à la COVID-19, vous devez vous confiner à domicile. Votre période d'isolement inclut la date de votre dernier contact avec la personne ayant reçu un résultat positif au test de dépistage de la COVID-19 et les dix jours pleins qui suivent. Cela signifie par exemple que si votre dernier contact avec elle a eu lieu le 15 du mois, votre période d'isolement se termine le 25 à 23 h 59.

Le confinement signifie que vous devez rester à votre domicile et ne pas en sortir. Ne vous rendez pas au travail, à l'école ou dans des lieux publics, et n'empruntez pas les transports publics ou des taxis.

Vous ne devez pas sortir, même pour acheter des denrées alimentaires ou d'autres produits essentiels, sauf dans certaines circonstances spécifiques. Si vous voulez faire de l'exercice, faites-le chez vous, dans votre jardin ou dans un espace extérieur privé.

À partir du 16 août, il se peut que vous ne soyez pas tenu(e) de vous confiner si l'on vous notifie que vous êtes un contact d'une personne qui a été testée positive à la COVID-19, par exemple si vous êtes entièrement vacciné(e). Voir la section sur [les contacts qui ne sont pas tenus de se confiner pour obtenir de plus amples informations](#). Si vous avez reçu une dose du vaccin contre la COVID-19, vous devrez quand même vous isoler.

Dans certaines circonstances, la personne avec laquelle vous avez eu un contact étroit sera invitée par NHS Test and Trace à effectuer un test de dépistage supplémentaire de la COVID-19. Si ce deuxième test est négatif, il est peu probable que la personne soit atteinte de la COVID-19. Dans ce cas, NHS Test and Trace vous contactera pour vous informer que vous pouvez cesser de vous confiner.

Vous ne pouvez interrompre votre confinement avant 10 jours complets que si vous avez été contacté par NHS Test and Trace et qu'on vous a indiqué que vous pouviez le faire. Sinon, vous devez continuer à vous confiner et à suivre les présentes directives.

Sollicitez des ami(e)s ou des proches pour faire vos courses ou d'autres achats, aller chercher des médicaments ou promener votre chien. Vous pouvez également commander vos achats en ligne et vos médicaments par téléphone ou en ligne. Les livreurs ne doivent pas entrer chez vous ; demandez-leur de déposer les produits à l'extérieur où vous les récupérerez par la suite.

Si vous vivez avec une personne [extrêmement vulnérable d'un point de vue médical](#), tenez-vous éloigné(e) d'elle autant que possible.

Vous pouvez prendre les dispositions nécessaires pour passer un test PCR individuel que vous présentiez des symptômes ou non. En effet, vous présentez un risque plus élevé d'être infecté(e). Les résultats du

test PCR aideront le service NHS Test and Trace à contacter les personnes auxquelles vous auriez pu transmettre le virus. Elles pourront alors se confiner et éviter de le transmettre à d'autres personnes.

Vous devez prendre les dispositions nécessaires pour passer un test dès que possible pendant votre période de 10 jours de confinement, afin de permettre au service NHS Test and Trace d'identifier les personnes avec lesquelles vous avez été en contact. Vous pouvez commander un kit de test à domicile ou prendre un rendez-vous au site de test ou par téléphone en appelant le 119. Afin de réduire les risques pour les autres, vous ne devriez vous rendre sur le site de test que si vous n'êtes pas en mesure d'avoir recours au service de test PCR à domicile. Si vous vous rendez sur un site de test, restez à au moins 2 mètres des autres personnes avec lesquelles vous ne vivez pas, et rentrez chez vous immédiatement après. Si vous commandez un kit de test à domicile, vous devez l'utiliser et le retourner dans les 48 heures suivant sa réception.

Vous ne devez pas prendre les dispositions nécessaires pour passer un test PCR si vous avez déjà reçu un résultat de test PCR positif au cours des 90 jours précédents, à moins que vous ne présentiez de nouveaux symptômes de la COVID-19. Il est possible que les tests PCR restent positifs pendant un certain temps après l'infection à la COVID-19.

Faire un test permettra de trouver le plus grand nombre possible de personnes atteintes de la COVID-19 et, en retrouvant vos contacts, de réduire la transmission du virus à d'autres personnes.

Si le résultat de votre test est positif, suivez les conseils s'appliquant aux personnes atteintes de la COVID-19 en [restant chez vous](#) et confinez-vous à nouveau pendant 10 jours. Cela commence à partir du moment où vous avez effectué le test PCR, indépendamment du stade où vous vous trouvez dans votre période de confinement initiale de 10 jours. Cela signifie que la [durée totale de votre confinement](#) sera supérieure à 10 jours.

Si vous obtenez un résultat négatif au test PCR pendant votre période d'isolement de 10 jours, vous devez continuer à vous confiner car vous pourriez encore être contagieux/-se et transmettre le virus à



d'autres personnes. Confinez-vous à domicile pendant toute la durée des 10 jours afin d'éviter de mettre d'autres personnes en danger.

Les membres de votre foyer n'ont pas besoin de se confiner avec vous si vous ne présentez pas de symptômes de la COVID-19 ou si vous n'avez pas reçu un résultat positif au test PCR, mais ils doivent prendre des précautions supplémentaires pour rester en sécurité et contribuer à prévenir la transmission de la COVID-19. Il est très important que vous suiviez ces recommandations même si vous vous sentez bien, dans la mesure où les symptômes peuvent mettre jusqu'à 10 jours à apparaître après votre dernier contact avec la personne testée positive à la COVID-19. Cela contribuera à protéger votre famille, vos ami(e)s et le NHS. Vous confiner à domicile protège les personnes les plus vulnérables au sein de la société, en réduisant le risque de propagation de la COVID-19 dans le reste de la communauté.

Si vous vivez avec des enfants, nous sommes conscients qu'il ne sera pas possible de mettre toutes ces mesures en place, mais suivez ces directives au mieux de vos capacités.

Les personnes qui vivent sur un terrain pour gens du voyage, dans un véhicule ou sur une péniche peuvent avoir des difficultés supplémentaires pour accéder à l'eau et à l'assainissement. Vous devriez essayer de faire tout ce que vous pouvez pour réduire la propagation de la COVID-19 en tenant compte de l'espace dont vous et votre foyer disposez. Vous trouverez ci-dessous d'autres aides et conseils pratiques.

Il ne vous sera pas possible d'appliquer toutes ces mesures si vous ou les personnes avec lesquelles vous vivez présentez des pathologies, telles que des troubles de l'apprentissage, de l'autisme ou des maladies mentales graves. Veuillez continuer à suivre les présentes directives au mieux de vos capacités, tout en préservant votre sécurité et votre bien-être, ainsi que ceux de vos proches, dans l'idéal conformément à un plan de soins existant.

Rester à domicile pendant une période prolongée peut se révéler difficile, frustrant et créer un sentiment de solitude pour certaines personnes. Le site [Every Mind Matters](#) contient des informations et des conseils pour vous aider à prendre soin de votre santé mentale et de votre bien-être.

Si [le service Test and Trace du NHS](#) vous a identifié(e) comme contact et vous a demandé de vous confiner, y compris via [l'appli NHS COVID-19](#), vous pourrez peut-être bénéficier d'un versement unique de 500 £ par votre mairie au titre du [programme de paiement de soutien du service Test and Trace](#). Vous pourriez également être éligible à ce paiement si vous êtes le parent ou le tuteur/la tutrice d'un enfant auquel on a demandé de se confiner.

Vous pourriez être condamné(e) à payer une amende si vous ne vous confinez pas après avoir reçu une notification du service Test and Trace du NHS vous indiquant que vous deviez vous confiner.

## **Contacts qui ne sont pas tenus de se confiner à partir du 16 août**

A partir du 16 août, vous ne serez pas tenu(e) de vous confiner si vous êtes informé(e) que vous avez eu un contact étroit avec une personne atteinte de la COVID-19 et que l'un des cas suivants s'applique :

- vous êtes entièrement vacciné(e)
- vous êtes âgé(e) de moins de 18 ans et 6 mois
- vous avez participé ou participez actuellement à un essai approuvé d'un vaccin contre la COVID-19
- vous n'êtes pas en mesure de vous faire vacciner pour des raisons médicales

Une vaccination complète signifie que vous avez été vacciné(e) avec un vaccin contre la COVID-19 approuvé par la MHRA au Royaume-Uni, et qu'au moins 14 jours se sont écoulés depuis que vous avez reçu les doses recommandées de ce vaccin.

NHS Test and Trace vous contactera pour vous informer que vous avez été identifié(e) comme un contact et vérifier si vous êtes légalement tenu(e) de vous confiner. Si vous n'êtes pas légalement tenu(e) de vous confiner, vous recevrez des conseils sur le dépistage et sur la prévention de la transmission de la COVID-19. Même si vous ne présentez pas de symptômes, on vous conseillera de faire un test PCR dès que possible. Il ne sera pas conseillé aux enfants de moins



de 4 ans de passer un test, sauf si le cas positif était une personne de leur propre foyer.

Vous ne devez pas prendre les dispositions nécessaires pour passer un test PCR si vous avez déjà reçu un résultat de test PCR positif au cours des 90 jours précédents, à moins que vous ne présentiez de nouveaux symptômes de la COVID-19, car il est possible que le test PCR reste positif pendant un certain temps après une infection par la COVID-19.

Même si vous êtes vacciné(e), vous pouvez toujours être infecté(e) par la COVID-19 et la transmettre à d'autres personnes. Si vous êtes identifié(e) comme un contact d'une personne atteinte de la COVID-19 mais que vous n'êtes pas tenu(e) de vous confiner, vous pouvez contribuer à protéger les autres en suivant les [directives sur comment rester en sécurité et contribuer à prévenir la transmission du virus](#). En plus de passer un test PCR, vous pouvez aussi envisager de :

- limiter les contacts étroits avec les personnes extérieures à votre foyer, en particulier dans les espaces clos
- porter un masque dans les espaces clos et lorsque vous n'êtes pas en mesure de maintenir une distance sociale
- limiter les contacts avec les personnes qui sont extrêmement vulnérables d'un point de vue médical
- passer des [tests à flux latéral](#) bihebdomadaires

Ces directives s'appliquent jusqu'à 10 jours complets après votre dernier contact avec la personne qui a été testée positive à la COVID-19.

Si vous êtes un travailleur de la santé ou des services sociaux qui a été identifié comme un contact étroit et qui est exempté du confinement, il existe des [directives supplémentaires disponibles](#) que vous devez suivre pour réduire le risque de transmission de la COVID-19 dans ces milieux.

Les enfants et les jeunes âgés de moins de 18 ans et 6 mois qui fréquentent habituellement un établissement d'enseignement ou de garde d'enfants et qui ont été identifiés comme un contact étroit doivent continuer à fréquenter l'établissement normalement. Il n'est pas nécessaire qu'ils portent un masque à l'intérieur de

l'établissement, mais il est attendu et recommandé qu'ils le portent lorsqu'ils se déplacent dans des transports publics ou spécialisés.

Si vous développez des symptômes à tout moment, même s'ils sont bénins, confinez-vous immédiatement, [prenez des dispositions pour passer un test PCR de dépistage de la COVID-19](#) et suivez les [directives pour les personnes présentant des symptômes de la COVID-19](#).

## **Je pense avoir été en contact avec une personne testée positive à la COVID-19, mais je n'ai pas été averti(e) et on ne m'a pas demandé de me confiner. Que dois-je faire ?**

Le service Test and Trace du NHS avertira généralement les contacts qui doivent se confiner, y compris via l'appli NHS COVID-19. Si vous pensez avoir été en contact avec une personne atteinte de la COVID-19 mais que le service Test and Trace ne vous a pas contacté(e), vous devez suivre scrupuleusement les directives sur [comment rester en sécurité et prévenir la transmission de la COVID-19](#). Dans ce cas, vous pouvez demander à passer un test PCR, même si vous ne présentez pas de symptômes, car vous présentez un risque plus élevé d'être infecté(e).

Si vous pensez présenter des symptômes de la COVID-19 ou que vous vivez avec une personne qui présente des symptômes de cette maladie, suivez les directives suivantes : [Confinement à domicile : directives pour les foyers présentant un cas possible ou confirmé de COVID-19](#).

## **Que faire si vous présentez des symptômes de la COVID-19 au cours des 10 jours de votre confinement à domicile ?**

Si vous présentez des symptômes, vous devez vous confiner et [prendre des dispositions pour passer un test PCR](#) de dépistage de la COVID-19.

Dès que vos symptômes apparaissent, vous et tous les membres de votre foyer devez suivre les directives [Confinement à domicile](#) :

[directives pour les foyers présentant un cas possible ou confirmé de COVID-19](#). Si le résultat de votre test est positif, continuez à suivre les directives sur le confinement à domicile.

Si le résultat de votre test est négatif, vous devez quand même terminer votre confinement de 10 jours, car vous pourriez quand même développer la COVID-19. Continuez à suivre les présentes directives.

## **Les personnes avec lesquelles je vis doivent-elles se confiner à domicile avec moi pendant 10 jours ?**

Si vous avez été en contact avec une personne testée positive à la COVID-19, mais que vous ne présentez pas de symptômes, les autres personnes qui vivent avec vous n'ont pas besoin de se confiner. Vous devez également continuer à suivre les [directives sur comment rester en sécurité et prévenir la transmission de la COVID-19](#).

## **Que devez-vous faire si vous vivez avec une personne qui présente des symptômes de la COVID-19 ?**

Si vous vivez avec une personne qui présente des symptômes, cette personne, ainsi que tous ceux qui vivent avec elle, vous y compris, doivent se confiner à domicile.

Dans une telle situation vous devez tous suivre les directives [Confinement à domicile : directives pour les foyers présentant un cas possible ou confirmé de COVID-19](#).

## **Je pense avoir été en contact étroit avec une personne testée pour la COVID-19, mais qui n'a pas encore reçu les résultats du test. Que dois-je faire ?**

Si vous pensez avoir été en contact avec une personne atteinte de la COVID-19 qui n'a pas encore reçu le résultat de son test, vous devez

suivre scrupuleusement les directives sur [comment rester en sécurité et prévenir la transmission de la COVID-19](#). À ce stade, vous n'avez pas besoin de vous confiner.

Le service Test and Trace du NHS avertira généralement les contacts qui doivent se confiner, y compris via l'appli NHS COVID-19. Si vous pensez avoir été en contact avec une personne atteinte de la COVID-19 mais que le service Test and Trace ne vous a pas contacté(e), vous devez suivre scrupuleusement les directives sur [comment rester en sécurité et prévenir la transmission de la COVID-19](#). Dans ce cas, vous pouvez demander à passer un test PCR, même si vous ne présentez pas de symptômes, car vous présentez un risque plus élevé d'être infecté(e).

Si vous pensez présenter des symptômes de la COVID-19 ou que vous vivez avec une personne qui présente des symptômes de cette maladie, suivez les directives suivantes : [Confinement à domicile : directives pour les foyers présentant un cas possible ou confirmé de COVID-19](#).

## **Que faire si vous présentez des symptômes de la COVID-19 après vos 10 jours de votre confinement à domicile ?**

Si vous présentez des symptômes de la COVID-19 après vos 10 jours de confinement, restez chez vous, prenez des dispositions pour passer un test PCR et suivez les directives suivantes : [Confinement à domicile : directives pour les foyers présentant un cas possible ou confirmé de COVID-19](#).

Si votre résultat est positif, vous devez vous confiner pendant 10 jours supplémentaires.

## **Devrai-je me confiner si j'ai déjà été testé(e) positif/ve pour la COVID-19, mais que j'ai à présent été averti(e) que j'avais été en contact avec une personne testée positive à la COVID-19 ?**

Si vous avez déjà été testé(e) positif/ve pour la COVID-19, vous avez probablement développé une immunité à court terme à la maladie. Cependant, il n'est pas certain que cela se produira pour toutes les personnes qui ont été atteintes de la COVID-19. Nous ignorons également combien de temps l'immunité à la maladie pourrait durer.

Si vous avez été informé(e) que vous avez été en contact avec une personne testée positive à la COVID-19, vous devez immédiatement vous confiner et suivre les présentes directives.

## **Ayez une bonne hygiène des mains et respiratoire et veillez à ce que votre domicile reste bien ventilé**

Tout le monde doit adopter une bonne hygiène des mains et respiratoire.

Lavez-vous les mains à l'eau et au savon pendant 20 secondes ou en utilisant un gel hydroalcoolique, en particulier après avoir toussé, éternué ou vous être mouché(e), et avant de manger ou de manipuler des aliments. Lavez-vous régulièrement les mains et évitez de vous toucher le visage.

Couvrez votre bouche et votre nez avec des mouchoirs jetables quand vous toussiez ou éternuez. Si vous n'avez pas de mouchoir, toussiez ou éternuez dans le creux de votre coude, pas dans votre main.

Jetez les mouchoirs dans un sac poubelle et lavez-vous immédiatement les mains.

Maintenez une bonne ventilation et aération des espaces intérieurs, en particulier les espaces de vie communs. Pour accroître le flux d'air, vous pouvez :

- ouvrir les fenêtres autant que possible
- ouvrir les portes
- vous assurer que toutes les ventilations sont ouvertes et que le flux d'air n'est pas bloqué

- laisser les ventilateurs d'extraction (par exemple dans les salles de bains) fonctionner plus longtemps que d'habitude avec la porte fermée après utilisation

De plus amples conseils sur la réduction des risques en rapport avec la COVID-19 à votre domicile sont disponibles sur le site [GermDefence](#).

## **Soutien financier ou autre soutien pratique**

Le confinement est l'une des principales mesures que nous puissions prendre pour empêcher la propagation du virus et protéger nos ami(e)s et notre famille, ainsi que notre communauté et le NHS. Si vous présentez des symptômes de la COVID-19, si vous avez reçu un résultat de test de dépistage positif ou si vous avez été informé(e) que vous aviez été en contact avec une personne atteinte du virus, le confinement est le seul moyen de garantir que vous ne transmettez pas la COVID-19 à d'autres personnes. Si l'on vous indique que vous devez vous confiner, vous devez le faire immédiatement. [Découvrez le soutien que vous pouvez obtenir si vous êtes affecté par la COVID-19.](#)

Si vous le pouvez, demandez à vos ami(e)s, votre famille ou vos voisins d'aller chercher de la nourriture et d'autres produits essentiels pour vous. Si vous n'avez personne pour vous aider, il existe peut-être des organisations caritatives ou des groupes communautaires qui peuvent vous aider dans votre région ou vos magasins, marchés et grossistes locaux peuvent proposer un service de livraison (par téléphone ou par e-mail).

Vérifiez si votre quartier ou communauté locale dispose d'un système de bénévoles qui pourraient vous aider en vous apportant des produits ou un soutien dans d'autres domaines. Demandez à des ami(e)s ou à votre famille de vous apporter tout ce dont vous avez besoin ou commandez des produits en ligne ou par téléphone, mais veillez à ce qu'ils soient déposés à l'extérieur de votre domicile où vous les récupérerez.

Les bénévoles du NHS restent disponibles pour aider ceux qui en ont besoin. Les bénévoles peuvent collecter et livrer des courses, des médicaments et d'autres denrées essentielles et peuvent également



fournir un appel téléphonique amical régulier. Composez le 0808 196 3646 entre 8 heures et 20 heures, 7 jours sur 7, pour obtenir du soutien ou consultez le site Web des [bénévoles du NHS \(NHS Volunteer Responders\)](#). D'autres services bénévoles ou communautaires peuvent être disponibles dans votre région et vous permettre d'obtenir de l'aide.

Si vous êtes dans l'incapacité de travailler en raison de la COVID-19, veuillez vous référer à la directive du [ministère du Travail et des Pensions \(Department for Work and Pensions\)](#) pour prendre connaissance des mesures d'aide dont vous pouvez bénéficier. Vous pourrez peut-être bénéficier d'un versement unique de 500 £ au titre du [programme de paiement de soutien du service Test and Trace du NHS](#) si vous êtes tenu(e) de vous confiner à domicile. Vous pourrez peut-être bénéficier de ce paiement si vous êtes le parent ou le tuteur/la tutrice d'un enfant auquel on a demandé de se confiner. Pour bénéficier du programme de paiement de soutien du service Test and Trace du NHS, vous pouvez déposer une demande en ligne ou par le biais de [l'appli NHS COVID-19](#).

Vous serez éligible si vous vivez en Angleterre et remplissez tous les critères suivants :

- le service Test and Trace du NHS vous a demandé de vous confiner à domicile, y compris via l'appli NHS COVID-19
- vous êtes employé(e) ou indépendant(e)
- vous ne pouvez pas travailler à domicile et allez perdre des revenus en conséquence
- vous percevez au moins l'une des prestations suivantes :
  - allocation de revenu minimum (Universal Credit)
  - crédit d'impôt pour les personnes actives
  - allocation d'emploi et de soutien liée au revenu
  - allocation de demandeur d'emploi basée sur le revenu
  - soutien du revenu
  - crédit de pension ou allocation de logement

Consultez le site internet de votre mairie pour trouver de plus amples informations sur [l'aide et le soutien à votre disposition](#).

## **Soutien supplémentaire de la part des autorités locales pour ceux qui ont un mode de vie nomade**

Les personnes qui vivent sur un site pour voyageurs, dans un véhicule ou sur une péniche peuvent avoir besoin d'un soutien supplémentaire.

Informez le responsable de votre site ou à l'équipe locale de liaison avec les tsiganes et les gens du voyage si vous avez besoin d'un soutien supplémentaire. Si vous vivez au bord d'une rivière ou d'un canal, renseignez-vous sur les conseils offerts par l'organisme qui gère la voie navigable sur laquelle vous vivez, car cela varie pour chacune d'entre elles. Essayez de communiquer par téléphone autant que possible pour éviter de transmettre le virus à d'autres contacts.

Si vous n'avez pas accès à des installations de base telles que l'eau, l'assainissement et l'élimination des déchets pour vous aider à vous confiner, contactez les autorités locales pour obtenir de l'aide. Elles peuvent être en mesure de vous fournir des installations supplémentaires ou de mettre à votre disposition d'autres lieux d'arrêt.

Les lois en vigueur contre les [campements non autorisés](#) ou les aménagements non autorisés restent en vigueur.

Les déchets doivent continuer à être éliminés par des moyens autorisés et légaux. [Des directives pour les autorités locales sur la réouverture ou le maintien en activité des centres de recyclage et de traitement des déchets ménagers sont disponibles](#). Si vous avez besoin de conseils supplémentaires, contactez votre mairie.

Si vous vous arrêtez ou circulez dans des zones rurales ou isolées, notez votre emplacement si vous vous amarrez ou vous arrêtez, surtout si vous ne vous sentez pas bien. Vous pouvez également utiliser l'application [what3words](#) en cas d'urgence médicale et si vous avez besoin que les services d'urgence viennent à vous.

## **Exigences légales concernant le confinement**

Vous pourriez être condamné(e) à payer une amende si vous ne vous confinez pas après avoir reçu un résultat positif à un test de dépistage

de la COVID-19 ou après avoir reçu une notification de NHS Test and Trace vous indiquant que vous deviez vous confiner. Le fait de fournir sciemment de fausses informations sur vos contacts étroits au service Test and Trace du NHS constitue également un délit. Le non-respect de cette consigne peut entraîner une amende de 10 000 £ ou plus. Ces règlements ne s'appliqueront qu'en Angleterre.