



Le 22 juin 2020

Cette lettre sera bientôt disponible dans d'autres langues et d'autres formats sur GOV.UK. Pour obtenir un exemplaire de cette lettre au format audio, en braille ou en gros caractères, veuillez contacter RNIB au 0303 1239999.

RECOMMANDATIONS IMPORTANTES SUR LE CORONAVIRUS (COVID-19)

Les recommandations du gouvernement destinées aux personnes confinées en Angleterre sont sur le point d'être modifiées. Nous vous conseillons, pour l'heure, de suivre rigoureusement les recommandations actuelles concernant le confinement. La présente lettre vous explique quels changements seront apportés aux recommandations, les raisons de ces changements, ainsi que leur impact concret sur votre vie quotidienne.

Nous savons que le confinement n'a pas été facile pour vous et les personnes de votre foyer. Nous vous remercions de vos efforts au cours des derniers mois. Votre confinement était primordial pour votre protection lorsque le virus se propageait rapidement. Heureusement, le nombre de personnes contaminées par le virus et par conséquent, le risque que vous encourez, diminuent.

Quelles sont les recommandations actuelles ?

Au cours des trois derniers mois, vous avez été identifié(e) comme une personne extrêmement vulnérable d'un point de vue médical, en raison d'une maladie ou de problèmes de santé existants qui pourraient augmenter le risque de maladie grave liée au coronavirus (COVID-19). Vous faites toujours partie de cette catégorie et nous vous conseillons de continuer à suivre rigoureusement les recommandations sur le confinement.

Nous vous avons conseillé de vous confiner afin de vous protéger pendant le pic de l'épidémie en Angleterre, c'est-à-dire la période pendant laquelle vous étiez davantage susceptible d'entrer en contact avec le virus au quotidien. Les recommandations initiales de confinement vous conseillaient de rester chez vous en permanence et d'éviter strictement tout contact physique non essentiel.

Ces recommandations se sont légèrement assouplies le 1^{er} juin, date à laquelle nous vous avons encouragé(e) à passer du temps à l'extérieur de votre domicile une fois par jour. En effet, cette modification s'appuyait sur des données scientifiques selon lesquelles le pic initial de la pandémie était passé au Royaume-Uni et le risque d'entrer en contact avec une personne souffrant du virus était beaucoup plus faible. Ces recommandations, à l'instar de toutes celles destinées aux personnes extrêmement vulnérables d'un point de vue médical, étaient formulées à titre consultatif uniquement. Les recommandations actuelles sont disponibles sur le site GOV.UK.

Quels sont les changements ?

Tout au long de l'épidémie, notre message a été clair : nous devons parvenir à un équilibre entre le risque posé par le virus aux personnes extrêmement vulnérables d'un point de vue médical et les avantages d'un retour progressif à la vie normale. Nous savons que l'application des recommandations sur le confinement a été difficile et qu'il va falloir du temps pour modifier ses habitudes.

Les données scientifiques les plus récentes indiquent que la présence du virus continue de faiblir dans toutes les régions de l'Angleterre. Si cette tendance se poursuit comme nous le prévoyons, le gouvernement assouplira à nouveau les recommandations sur le confinement, en deux étapes : **le 6 juillet et le 1^{er} août.**

À partir du 6 juillet :

- vous pourrez, si vous le souhaitez, vous réunir en groupe de 6 personnes à l'extérieur, notamment des personnes ne faisant pas partie de votre foyer, tout en continuant à suivre scrupuleusement les recommandations sur la distanciation physique ;
- vous n'aurez plus à suivre les recommandations sur la distanciation physique avec les autres membres de votre foyer ;
- conformément aux recommandations plus larges destinées aux foyers composés d'un seul adulte (c.-à-d. un adulte vivant seul ou avec des enfants à charge âgés de moins de 18 ans), vous pourrez, si vous le souhaitez, faire partie d'une « bulle de soutien » (ou bulle sociale) avec un autre foyer. Toutes les personnes appartenant à la même bulle de soutien peuvent se retrouver au domicile des autres membres de cette bulle de soutien, y compris y passer la nuit, sans avoir besoin de respecter les recommandations de distanciation physique. Il s'agit-là d'un petit changement d'ordre consultatif qui permettra de se rapprocher des autres. Toutefois, les autres recommandations sur le confinement restent les mêmes pour le moment.

À partir du 1^{er} août, les recommandations sur le confinement seront nettement assouplies. À partir de cette date, le gouvernement vous conseillera de suivre rigoureusement les recommandations de distanciation physique au lieu des recommandations de confinement. Conformément aux recommandations de distanciation physique, vous pourrez vous déplacer plus librement et voir davantage de personnes, mais vous devrez veiller à limiter au maximum vos contacts avec les personnes ne faisant pas partie de votre foyer ou de votre bulle de soutien.

Concrètement, cela signifie qu'à partir du 1^{er} août, vous n'aurez plus besoin de vous confiner. **À partir du 1^{er} août :**

- vous pourrez aller travailler, si vous ne pouvez pas travailler depuis votre domicile, à condition que votre lieu de travail ait mis en place des mesures adéquates de prévention contre le COVID-19 ;
- les enfants jugés extrêmement vulnérables d'un point de vue médical pourront retourner dans leur établissement scolaire, s'ils font partie d'une classe ayant repris l'école. Dans la mesure du possible, les enfants devront se laver les mains aussi souvent que possible et respecter les mesures de distanciation physique ;
- vous pourrez sortir faire vos courses alimentaires, vous rendre dans votre lieu de culte et faire du sport à l'extérieur mais vous devrez respecter les mesures de distanciation physique ; et
- vous devrez rester prudent(e) car le risque de maladie grave liée au coronavirus (COVID-19) existe toujours. Par conséquent, les recommandations restent

inchangées : restez chez vous dans la mesure du possible et si vous sortez, respectez les mesures de distanciation physique.

Une mise à jour détaillée sera disponible sur le site GOV.UK lorsque les modifications entreront en vigueur le 6 juillet et le 1^{er} août.

Les recommandations feront-elles l'objet de révisions ultérieures ?

Après le 1^{er} août, vous continuerez d'être inscrit(e) sur la liste des patients confinés. Nous continuerons de surveiller le virus de très près au cours des prochains mois et s'il se propage trop, il est possible que nous vous recommandions de vous confiner à nouveau.

Nous nous sommes engagés à revoir les recommandations destinées aux personnes extrêmement vulnérables d'un point de vue médical à chaque fois que nous réévaluons les mesures de distanciation physique applicables au reste de la population. Si les données scientifiques poussaient le gouvernement à durcir les recommandations destinées aux personnes extrêmement vulnérables d'un point de vue médical, vous en seriez averti(e) le plus vite et le plus clairement possible.

Pourquoi les recommandations changent-elles ?

Les recommandations gouvernementales destinées aux personnes présentant un risque élevé de maladie grave liée au coronavirus ont toujours été fournies à titre consultatif et prenaient en compte les risques posés à cette catégorie de personnes au moment où le taux de transmission du coronavirus était le plus élevé au sein de la population. Nous savons que chaque personne considère les risques de manière différente et possède ses propres priorités. Notre souhait a été de vous soutenir et de vous aider à prendre soin de vous en cette période difficile.

Toutes les décisions gouvernementales liées aux recommandations sur le confinement reposent sur les données scientifiques les plus récentes. Les dernières données scientifiques indiquent que le risque d'entrer en contact avec le coronavirus en société continue de faiblir. Il y a quatre semaines, une personne sur 500 environ était contaminée par le virus. La semaine dernière, moins d'une personne sur 1 700 était contaminée par le virus. C'est pourquoi nous pensons maintenant être en mesure d'assouplir les recommandations destinées aux personnes confinées, tout en sachant qu'un retour à la vie normale prendra certainement du temps.

Assistance aux personnes confinées à domicile

Si vous bénéficiez de colis alimentaires fournis par le gouvernement et si vos médicaments vous sont livrés, ces deux services resteront en place jusqu'à la fin du mois de juillet.

Cela vous permettra de prendre vos dispositions pour pouvoir, dès que le gouvernement vous le communiquera, vous rendre dans les magasins (notamment les supermarchés), comme vous le faisiez avant le début du confinement. Il vous faudra cependant respecter les mesures de distanciation physique. Nous sommes conscients que, pour certaines personnes, ce changement s'accompagnera d'un temps d'adaptation. Nous sommes en mesure de confirmer que sept enseignes de supermarchés vous accordent des horaires de livraison prioritaires et que cette mesure restera en place au-delà du mois de juillet, pour ceux qui se sont déjà inscrits.

Si vous ne vous êtes pas encore inscrit(e), vous pouvez le faire en ligne, sur le site GOV.UK, ou en appelant le 0800 028 8327 avant le 17 juillet, pour bénéficier de l'aide disponible.

Les mairies (local councils) apportent également leur soutien aux personnes confinées, par le biais d'un grand nombre de services vous permettant de rester chez vous en toute sécurité, tels que des appels téléphoniques destinés à réduire la solitude ou une assistance quant aux régimes alimentaires particuliers. Pour faciliter l'adaptation des personnes confinées, les mairies continueront de fournir ces services à ceux qui en ont besoin, jusqu'à la fin du mois de juillet.

Si vous éprouvez des difficultés suite à l'épidémie de coronavirus, veuillez consulter le site www.gov.uk/find-coronavirus-support. Si vous n'avez pas accès à Internet, veuillez contacter votre mairie qui vous dirigera vers le service le mieux adapté.

Les assistants bénévoles du NHS

Le programme des assistants bénévoles (Volunteer Responder Scheme) du NHS continuera d'offrir une assistance au-delà du mois de juillet. Les assistants bénévoles du NHS peuvent vous aider de plusieurs façons :

- aller chercher vos courses alimentaires, vos médicaments (si vos proches et vos amis ne peuvent pas le faire à votre place) et autres denrées indispensables ;
- vous contacter par le biais d'appels téléphoniques réguliers effectués par des bénévoles (différents à chaque appel) ou par une autre personne confinée qui restera en contact avec vous pendant plusieurs semaines ; et
- vous conduire à vos rendez-vous médicaux.

Veuillez appeler le 0808 196 3646 entre 8 h 00 et 20 h 00 pour bénéficier de cette aide ou vous entretenir avec un professionnel de la santé concernant le transport. Pour en savoir plus, veuillez consulter le site www.nhsvolunteerresponders.org.uk.

Reprendre le travail

Vous devez discuter de votre cas particulier avec votre employeur et convenir d'un plan de retour au travail si vous ne pouvez pas travailler à domicile. Il est possible que votre employeur doive prendre des mesures particulières pour vous aider à continuer à travailler. Pour obtenir de plus amples informations, veuillez consulter le site www.gov.uk/access-to-work.

Le gouvernement a publié des recommandations distinctes sur les mesures de prévention contre le COVID-19 que les employeurs peuvent adopter, notamment la distanciation physique et un système de gestion des risques sur le lieu de travail.

Si vous êtes actuellement inscrit(e) sur la liste des patients confinés, vous devriez avoir reçu une copie de cette lettre par courrier avec votre nom et vos coordonnées en en-tête. Cette copie (contenant vos coordonnées) peut servir de pièce justificative auprès de votre employeur et démontrer que vous ne pouvez pas travailler hors de votre domicile jusqu'au 31 juillet. Elle peut également servir de justificatif en matière d'indemnité de maladie (statutory sick pay).

Accéder aux services du NHS

En cas de besoin, vous devez continuer à faire appel aux services du NHS, notamment en cas d'urgence.

Si vous avez des rendez-vous programmés pour vos soins ou votre traitement, votre cabinet médical ou votre service hospitalier vous contactera pour confirmer les rendez-vous les plus appropriés.

Soutien en matière de santé mentale

Des symptômes d'anxiété ou de dépression sont tout à fait normaux dans la situation inhabituelle et incertaine dans laquelle nous nous trouvons. Consultez les sites Every Mind Matters (www.nhs.uk/oneyou/every-mind-matters) et GOV.UK pour obtenir des conseils et des solutions concrètes qui vous aideront à maintenir votre bien-être mental. Si vous continuez à éprouver des difficultés, nous vous conseillons fortement de consulter votre médecin traitant.

Si vous présentez des symptômes associés au coronavirus (COVID-19), c.-à-d. une toux nouvelle et persistante, une fièvre élevée, ou la perte/modification du goût ou de l'odorat, vous devez vous confiner à domicile et passer un test de dépistage du COVID-19. Consultez le site Internet du NHS pour prévoir un test de dépistage ou appelez les services du NHS au 119 si vous n'avez pas accès à Internet.

Bien cordialement,

MATT HANCOCK

Secrétaire d'État à la santé et à l'aide sociale

ROBERT JENRICK

Secrétaire d'État du logement, des collectivités et des autorités locales