[Insert Today’s Date]

Cher parent/tuteur :

L'équipe de recherche des contacts COVID-19 du Département de la santé du Vermont m'a demandé de vous communiquer les informations suivantes.

Le [insert date], nous avons appris qu'une personne était infectée du COVID-19 à [insert school/facility name].

# Nous pensons que votre enfant a été en contact étroit avec la personne infectée du COVID-19.

La période contagieuse d'une personne commence deux jours avant le début de tout symptôme (ou, pour les personnes ne présentant aucun symptôme, deux jours avant le jour où elles ont été testées) et se poursuit jusqu'à la guérison.

**Si votre enfant est entièrement vacciné, il n’a pas besoin d’être mis en quarantaine, sauf s’il présente des symptômes.** Complètement vacciné signifie que 14 jours se sont écoulés depuis la dernière dose de vaccin de votre enfant. Nous recommandons de le faire tester 5 à 7 jours après la date de son exposition (le jour 0 correspond à la date de son exposition). Si votre enfant présente des symptômes à un moment ou un autre, faites-vous tester immédiatement et gardez votre enfant à la maison, à l’écart des autres.

Assurez-vous que votre enfant est vacciné dès qu’il est éligible. [Trouver un centre de vaccination près de chez vous.](https://www.healthvermont.gov/covid-19/vaccine/getting-covid-19-vaccine)

**Si votre enfant s'est rétabli du COVID-19 au cours des 3 derniers mois et ne présente pas de nouveau symptôme,** il n'est pas nécessaire de le mettre en quarantaine ou de le faire tester. S'il présente des symptômes, gardez votre enfant à la maison, à l’écart des autres, et contactez son médecin traitant pour obtenir des conseils.

**Si votre enfant n’est pas complètement vacciné, il doit rester à la maison pendant 14 jours. Cette période est appelée quarantaine. Surveillez les symptômes de la maladie pendant cette période.**

* Le jour 0 de la quarantaine est le jour du dernier contact de votre enfant avec la personne. (Veuillez-vous reporter au tableau ci-dessous pour des dates importantes.)
* Le Département de la Santé recommande de se faire tester dès le jour 2 et à nouveau au jour 7. Le test doit permettre la détection d’une infection en cours (comme un test PCR), sauf qu'il ne doit pas s'agir d'un test antigénique (également appelé test rapide). Si le test au jour 2 est négatif, continuez la quarantaine. Si le test au jour 7 est négatif et que votre enfant ne présente toujours pas de symptômes, il peut mettre fin à la quarantaine. Si l'un des tests est positif, suivez les directives d'isolement indiquées sur healthvermont.gov/covid19positive.
* Surveillez les symptômes, même légers, tels que la toux, l’essoufflement ou les difficultés respiratoires, la fièvre, les frissons, la fatigue, les douleurs musculaires ou corporelles, les maux de tête, les maux de gorge, la perte soudaine du goût ou de l’odorat, le nez bouché ou l’écoulement nasal, la nausée ou les vomissements ou la diarrhée.
* Votre enfant ne doit pas quitter la maison, sauf pour obtenir des soins médicaux.
* Appelez avant de vous rendre chez un professionnel de santé ou un service d’urgence avec votre enfant.
* Lorsqu’il est à la maison, votre enfant doit rester à l'écart des autres personnes du foyer, en particulier de celles qui présentent un risque accru de tomber très malade, telles que les personnes âgées ou ayant des problèmes de santé. Les autres membres du foyer n'ont pas besoin d’être mis en quarantaine, sauf s’ils présentent des symptômes. **Dans la mesure du possible,** votre enfant doit :
* rester dans une pièce spécifique de votre maison et utiliser une salle de bains séparée.
* rester à une distance d’au moins deux mètres des autres personnes de votre foyer.
* porter un masque s'il est dans une pièce avec d'autres personnes, sauf s’il a des difficultés à respirer.
* éviter de partager les ustensiles et articles ménagers.
* rester en contact avec les autres : vous et votre enfant pouvez utiliser les moyens téléphoniques et numériques pour communiquer avec votre famille et vos amis.

Si après 14 jours, votre enfant n'a toujours pas de symptômes, il peut mettre fin à sa quarantaine et reprendre ses activités normales.

|  |  |
| --- | --- |
| **Nombre de jours après une éventuelle exposition** | **Que se passe-t-il ?** |
| Jour 0 : [Insert Date] | C'est le jour où votre enfant a été en contact pour la dernière fois à l'école avec la personne atteinte du COVID-19. |
| Jour 7 : [Insert Date] | Vous avez la possibilité de faire tester votre enfant à partir du jour 7 de sa quarantaine, s'il n'a présenté aucun symptôme. Le test doit permettre la détection d’une infection en cours (comme un test PCR), sauf qu'il ne doit pas s'agir d'un test antigénique (également appelé test rapide). Votre enfant doit rester en quarantaine jusqu'à ce que vous obteniez les résultats du test. Si les résultats sont négatifs et que votre enfant n'a toujours pas de symptômes, il peut mettre fin à la quarantaine et retourner à l'école. Continuez à surveiller les symptômes jusqu’à la fin de la période de 14 jours. Apprenez-en plus sur [l’obtention d’un test dans le Vermont](https://www.healthvermont.gov/response/coronavirus-covid-19/testing-covid-19) sur [www.healthvermont.gov/covid19testing](http://www.healthvermont.gov/covid19testing). |
| Jour 14 : [Insert Date] | Il s’agit du dernier jour de quarantaine (si votre enfant n'a pas été testé le jour 7 ou après, comme décrit ci-dessus). Si votre enfant n'a toujours pas de symptômes, il peut retourner à l'école le lendemain. |

# Nettoyage et lavage quotidiens :

* Nettoyez et désinfectez les surfaces de votre logement. Si votre enfant séjourne dans une pièce séparée et utilise une salle de bains séparée, demandez à l’enfant ou à la personne qui s’occupe de lui de nettoyer ces pièces. Dans la mesure du possible, demandez à un autre membre du foyer de nettoyer les autres pièces de la maison.
* Lavez soigneusement les ustensiles et articles ménagers, tels que les couverts, après que votre enfant les a utilisés.
* Assurez-vous que votre enfant et les membres du foyer se lavent souvent les mains à l'eau et au savon pendant au moins 20 secondes. Utilisez un gel hydroalcoolique pour les mains si vous ne disposez pas de savon et d’eau.

# Si, à un moment donné, votre enfant présente des symptômes :

* Contactez le médecin traitant de votre enfant par téléphone afin de savoir si votre enfant devra être examiné. Informez-le que votre enfant est en quarantaine à la maison parce qu'il a été en contact proche avec une personne qui a été diagnostiquée positive au COVID-19.
* En cas d’urgence médicale de votre enfant, appelez le 9-1-1 ou rendez-vous à l’hôpital.
* Si votre enfant n’a pas de médecin traitant, appelez le 2-1-1 pour entrer en contact avec une clinique dans votre région.
* Les personnes légèrement malades peuvent traiter leurs symptômes chez elles : se reposer longuement, boire beaucoup et prendre des médicaments contre la fièvre si nécessaire.
* Si votre enfant présente des symptômes, les membres du foyer et les autres contacts proches doivent également être mis en quarantaine à la maison.

# Quand consulter immédiatement un médecin :

Si votre enfant a des difficultés à respirer, une douleur persistante ou une pression dans la poitrine, une confusion inhabituelle, une incapacité à se réveiller ou à rester éveillé, ou un changement de couleur des lèvres, des gencives, du visage, du contour des yeux ou des ongles, consultez immédiatement un médecin. Lorsque vous appelez pour obtenir des soins médicaux, expliquez au médecin ou au 9-1-1 que votre enfant est en quarantaine chez vous car il a été en contact étroit avec une personne diagnostiquée positive au COVID-19.

# Comment le COVID-19 se propage-t-il ?

Le COVID-19 se propage lorsqu'une personne infectée par le COVID-19 expulse des gouttelettes et de très petites particules qui contiennent le virus lorsqu'elle tousse, éternue, chante, parle ou respire. Les personnes qui se trouvent à moins de deux mètres de la personne infectées du COVID-19 sont les plus susceptibles d'être infectées. Vous pouvez être infecté du COVID-19 si ces gouttelettes ou particules sont inhalées, atterrissent sur vos yeux, votre nez ou votre bouche, ou se retrouvent sur vos mains, et que vous touchez vos yeux, votre nez ou votre bouche.

Le vaccin est le meilleur moyen de protéger votre enfant contre le COVID-19. Lorsque votre enfant est complètement vacciné, il est beaucoup moins susceptible de tomber malade et de transmettre le virus à d'autres personnes. Toutes les personnes éligibles au vaccin anti-COVID-19 doivent se faire vacciner. C'est gratuit, rapide et facile. Si vous avez des questions, parlez-en au médecin qui suit votre enfant ou trouvez un site de vaccination près de chez vous sur [healthvermont.gov/MyVaccine](http://www.healthvermont.gov/MyVaccine). Tout le monde, y compris les enfants qui ne peuvent pas être vaccinés, peut prendre des mesures de prévention pour se protéger et protéger les autres. Pour en savoir plus, consultez le site [healthvermont.gov/StaySafeVT](http://www.healthvermont.gov/StaySafeVT).

Nous vous prions de bien vouloir comprendre que, en raison des lois sur la confidentialité des données médicales, nous ne pouvons pas vous divulguer les noms des personnes atteintes du COVID-19. Nous continuerons à vous tenir informé des évolutions et mises à jour. Grâce à votre participation, nous espérons faire vivre à vos enfants cette expérience en toute sécurité tout en la rendant agréable.

**Veuillez appeler le Département de la santé du Vermont au 802-863-7240 (option 8) si vous avez des questions ou des préoccupations.** De plus amples informations sont disponibles sur le site web du Département de la santé : [healthvermont.gov/COVID-19](http://www.healthvermont.gov/COVID-19).

Merci beaucoup,

[Your name and contact info]

[Insert Today’s Date]

Dear parent/guardian:

I have been directed by the COVID-19 Contact Tracing Team at the Vermont Department of Health to share the following information with you.

On [insert date], we learned about a person with Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) at [insert school/facility name].

**We believe that your child was in close contact with the person who has COVID-19.**

A person’s infectious period starts two days before any symptoms began (or for people without any symptoms, two days before the day they got tested) and continues until they are recovered.

**If your child is fully vaccinated, they do not need to quarantine unless they develop symptoms.** Fully vaccinated means 14 days have passed since your child’s final dose of vaccine. Consider getting them tested 5-7 days after their exposure date (Day 0 is the date of their exposure). If your child develops symptoms at any point, seek testing right away, and keep your child at home away from others.

Make sure that your children get vaccinated when they are eligible. [Find a location near you.](https://www.healthvermont.gov/covid-19/vaccine/getting-covid-19-vaccine)

**If your child has recovered from COVID-19 within the past 3 months and does not have any new symptoms**, they do not need to quarantine or get tested. If they develop symptoms, keep your child at home away from others and contact their health care provider for guidance.

**If your child is not fully vaccinated, they need to stay home for 14 days. This is called quarantine. Watch for symptoms of illness during this time.**

* Day 0 of the quarantine period is the day your child was last in contact with the person. (See table below for important dates.)
* The Health Department recommends getting tested as soon as day 2 and again at day 7. The test should be for a current infection (like a PCR test), except it should not be an antigen test (also known as a rapid test). If the test at day 2 is negative, continue to quarantine. If the test at day 7 is negative and your child still does not have any symptoms, they can end quarantine. If either test is positive, follow isolation guidance at healthvermont.gov/covid19positive.
* Watch for symptoms, even if mild, of cough, shortness of breath or difficulty breathing, fever, chills, fatigue, muscle pain or body aches, headache, sore throat, new loss of taste or smell, congestion or runny nose, nausea or vomiting, or diarrhea.
* Your child should not leave home, except to get medical care.
* Call ahead before visiting a health care provider or emergency department with your child.
* While at home, your child should stay apart from other people in the household, especially anyone who is at increased risk of getting very sick, like people who are older or have health conditions. Other household members do not need to quarantine unless they develop symptoms. **As much as possible, your child should:**
* Stay in a specific room in your home and use a separate bathroom.
* Stay at least six feet or two meters away from others in your home.
* Wear a face mask if they are in any room with other people, unless they have trouble breathing.
* Avoid sharing household items.
* Stay connected with others – you and your child can use technology to communicate with friends and family.

If after 14 days your child still doesn’t have symptoms, your child may end their quarantine and return to regular activities.

|  |  |
| --- | --- |
| **Number of Days After Possible Exposure** | **What Happens?** |
| Day 0: [Insert Date] | This is the day your child was last in contact with the person with COVID-19 at school. |
| Day 7: [Insert Date] | You have the option of getting your child tested on or after day 7 of their quarantine period, if they have not had any symptoms. The test should be for a current infection (like a PCR test), except it should not be an antigen test (also known as a rapid test). Your child needs to remain in quarantine until you get the test results. If the results are negative and your child still does not have any symptoms, they may return to school and end quarantine. Continue monitoring them for symptoms for the remainder of the 14 day period. Learn more about [getting tested in Vermont](https://www.healthvermont.gov/response/coronavirus-covid-19/testing-covid-19) at [www.healthvermont.gov/covid19testing](http://www.healthvermont.gov/covid19testing). |
| Day 14: [Insert Date] | This is the last day of quarantine (if your child was not tested on or after day 7, as described above). If your child still doesn’t have symptoms, they may return to school the next day. |

# Daily cleaning and washing:

* Clean and disinfect surfaces in your home. If your child is staying in a separate room and using a separate bathroom, have the child or one caregiver clean that room. Have a separate household member clean the other areas of the home, if possible.
* Thoroughly wash household items, like utensils, after your child uses them.
* Make sure your child and household members wash their hands often with soap and water for at least 20 seconds. Use alcohol-based hand sanitizer if soap and water aren’t available.

# If at any point your child develops symptoms:

* Contact your child’s health care provider by phone to find out if your child should be evaluated. Let them know your child is quarantining at home because they are a close contact of someone who was diagnosed with COVID-19.
* If your child is having a medical emergency, call 9-1-1 or go to the hospital.
* If your child doesn’t have a provider, call 2-1-1 to be connected to a clinic in your area.
* People with mild illness can treat their symptoms at home: get plenty of rest, drink plenty of fluids, and take fever-reducing medication if needed.
* If your child has symptoms, household members and other close contacts should also quarantine at home.

# When to get medical care immediately:

If your child has trouble breathing, persistent pain or pressure in the chest, new confusion, inability to wake or stay awake, or changes in color on their lips, gums, face, around the eyes, or nails, seek medical care immediately. When you call for medical care, tell the provider or 9-1-1 that your child is quarantining at home because they are a close contact of someone with COVID-19.

# How does COVID-19 spread?

COVID-19 spreads when a person infected with COVID-19 breathes out droplets and very small particles that contain the virus when they cough, sneeze, sing, talk, or breathe. People who are closer than 6 feet from the person with COVID-19 are most likely to get infected. You can get COVID-19 if these droplets or particles are breathed in, land on your eyes nose or mouth, or get on your hands, and then you touch your eyes, nose or mouth.

Vaccines are the best way to protect your child against COVID-19. When your child is fully vaccinated, they are much less likely to get sick and less likely to spread the virus to others. Everyone who is eligible for the COVID-19 vaccine should get vaccinated. It’s free, quick and easy. Talk with your child’s health care provider if you have questions or find a vaccine site near you at [healthvermont.gov/MyVaccine](http://www.healthvermont.gov/MyVaccine). Everyone, including children who can’t be vaccinated, can take prevention steps to protect themselves and others. Learn more at [healthvermont.gov/StaySafeVT](http://www.healthvermont.gov/StaySafeVT).

Thank you for understanding that, due to medical privacy laws, we are not able to release the names of the individuals with COVID-19. We will continue to communicate changes and updates with you. With your participation, we believe we can create a safe and fun experience for your children.

**Please call the Vermont Department of Health at 802-863-7240 (option 8) if you have questions or concerns.** More information is available at the Health Department website:  [healthvermont.gov/COVID-19](http://www.healthvermont.gov/COVID-19).

Many thanks,

[Your name and contact info]