

Je suis cas contact COVID, que faire ?

Dernière mise à jour : le 06/01/2022.

Vous avez passé du temps avec une personne **positive à la Covid** ? Vous avez été contacté(e) par l'**Assurance Maladie** ? Vous avez reçu une notification « Exposition à risque » de l'application **TousAntiCovid** ?

Que faire selon votre situation ?

Si vous avez déjà eu la Covid il y a moins de 2 mois, alors vous n'êtes pas considéré comme cas contact.

Si vous n'êtes pas complètement vacciné(e) :

- vous n'avez **pas encore** reçu les doses nécessaires pour votre **vaccination initiale** (1 ou 2 doses) ;
- **ou** vous avez reçu votre dernière dose depuis **moins de 7 jours** (*Pfizer, Moderna, AstraZeneca*) ou moins de 28 jours (*Janssen*) ;
- **ou** vous n'avez pas reçu la **dose de rappel** (si nécessaire selon les règles du pass sanitaire) ;
- **ou** vous souffrez d'une **forte immunodépression** qui réduit l'efficacité du vaccin.

1. Isolez-vous pendant 7 jours

Si vous ne pouvez pas **télétravailler**, vous pouvez demander un arrêt de travail sans délai de carence, pour pouvoir vous isoler.

- restez **en isolement 7 jours**, puis effectuez un **test de contrôle**, qui sera gratuit (voir ci-dessous) ;
- en cas de **fièvre** ou de **symptômes** avant la date prévue de votre test de contrôle :
 - faites-vous tester dès que possible, et restez isolé(e) en attendant le résultat,
 - contactez un médecin ou le 15 en cas de difficultés respiratoires.

2. Faites un test de dépistage (gratuit) après 7 jours

Vous devez faire un test de dépistage (PCR ou antigénique) gratuit :

- **7 jours** après votre **dernier contact** avec la personne positive (après sa guérison ou la fin de son isolement si vous habitez avec elle) ;
- **ou dès que possible** en cas d'apparition de symptômes évocateurs de la Covid.

NB : le test est **toujours gratuit** quand vous êtes cas contact.

Si le test est négatif 🙌

- vous pouvez lever votre isolement (si le délai de 7 jours est écoulé).

Si le test est positif

- vous avez contracté la Covid, et vous êtes **contagieux** ;
- restez en **isolement au moins 10 jours** à partir de la date du test ;
 - en l'absence de fièvre ou de difficultés respiratoires depuis **48 heures**, vous pourrez mettre fin à votre isolement après 7 jours seulement, suite à test de dépistage négatif (antigénique ou PCR) ;
- surveillez l'apparition de **symptômes**, et contactez un médecin ou le 15 en cas de difficultés respiratoires ;
- les **membres de votre foyer** seront à leur tour considérés comme **cas contact**.