

DÉMÉNAGER EN PÉRIODE DE PANDÉMIE

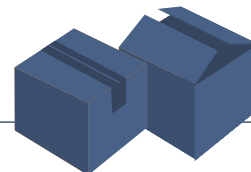


CONSEILS À LA POPULATION

Direction régionale de santé publique de Montréal

La transmission de la COVID-19 est présente sur tout le territoire montréalais. Si vous devez déménager cette année, protégez-vous en suivant les conseils de santé publique suivants.

Si vous le pouvez, reportez à plus tard votre déménagement et privilégiez le renouvellement de votre bail actuel.



Si vous devez absolument déménager, faites appel :

- à une entreprise de déménagement* qui appliquera les mesures sanitaires recommandées par l'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ) : [Recommandations intérimaires pour les déménageurs](#)
- ou
- à un nombre restreint d'amis et de parents pour vous aider lorsque vous devez effectuer le travail vous-même.

* Choisissez une entreprise inscrite auprès de la Commission des transports du Québec. Consultez également l'Association canadienne des déménageurs ou l'Office de la protection du consommateur.

Avant le déménagement

- Préparez, si possible, vos boîtes en respectant les consignes d'hygiène des mains :
 - lavez souvent vos mains durant au moins **20 secondes**
 - évitez de vous toucher le visage
- **Convenez du moment** de la prise de possession de votre nouveau logement avec l'occupant actuel ou le propriétaire afin d'**éviter que les deux équipes de déménagement se croisent** sur les lieux
- Vérifiez que les personnes qui vous aident à déménager :
 - **ne soient pas atteintes de la COVID-19**
 - **ne présentent pas de symptômes** liés à la COVID-19 (fièvre, toux, difficultés respiratoires, etc.)
 - **n'ont pas été en contact étroit, soit plus de 10 minutes à moins de 2 mètres,** avec une personne ayant la COVID-19, au cours des **14 derniers jours**
 - **ne sont pas de retour d'un voyage** à l'étranger effectué dans les **14 derniers jours**
- Assurez-vous que le **camion de déménagement a été nettoyé** avant d'y monter





Dans le logement que vous quittez ET celui où vous déménagez, nettoyez et désinfectez :



QUOI ?

- les surfaces fréquemment touchées : poignées de porte et de placard, interrupteurs, électroménagers, meubles, etc.
- la salle de bain
- les pièces vides



QUAND ?

- avant ET après le passage des personnes qui vous aident à déménager



COMMENT ?

- à l'aide de produits de nettoyage à usage domestique
- prévoyez une quantité suffisante de ces produits

Pendant le déménagement

- Aérez le nouveau logement
- Respectez les mesures d'hygiène :
 - Portez un masque ou un couvre-visage, si possible
 - Évitez de toucher votre visage avec vos mains
 - Lavez fréquemment vos mains avec du savon durant 20 secondes
 - Toussez et éternuez dans votre coude
- Assurez-vous du maintien d'une distance de 2 mètres entre les personnes
 - Lorsque la **distanciation physique ne peut être respectée** (transport en tandem des meubles et gros électroménagers, cohabitation dans le camion de déménagement, etc.), portez un couvre-visage ou un masque
- Portez des gants de travail au besoin :
 - Lavez vos mains à l'eau et au savon ou avec une solution hydroalcoolique dès que vous les retirez



Assurez-vous **du respect des consignes sanitaires par tous les participants** lors du déménagement. Vous pouvez nommer une personne chargée de veiller au respect des mesures de prévention pendant le déménagement (à l'ancien logement, au nouveau et entre les deux).

Après le déménagement, dans le nouveau logement

- Attendez 24 heures avant de jeter les boîtes vides
- Lavez tous les tissus (vêtements et couvertures protectrices, par exemple) ayant servi au déménagement en évitant de les secouer
- Évitez les rassemblements dans le domicile après le déménagement et respectez la distanciation physique.



Vous êtes atteint ou avez des symptômes de la COVID-19? Vous êtes une personne vulnérable*?

Si votre déménagement ne peut être reporté, assurez-vous de l'application stricte des consignes présentées dans ce document. De plus, vous devez :

- vous isoler dans une pièce durant le déménagement
- éviter de vous trouver dans le logement en présence des personnes aidant au déménagement

* Personnes âgées de 70 ans et plus et personnes dont le système immunitaire est affaibli

