

Coronavirus (COVID-19)



COVID-19 : AIDE ALIMENTAIRE ET CUISINES COLLECTIVES

Version du 30 septembre 2020

Avis important

Depuis le 21 septembre 2020, les règles concernant les rassemblements privés et les activités se déroulant dans un endroit public dépendent du niveau de l'alerte en vigueur. De manière générale, il est demandé d'éviter les contacts sociaux non nécessaires, par exemple les rassemblements en famille ou entre amis, les mariages, etc. Bien que les recommandations sanitaires de base s'appliquent à tous les niveaux d'alerte, des mesures additionnelles plus restrictives sont déployées au Palier 3 - Alerte (orange) et au Palier 4 - Alerte maximale (rouge). Pour connaître les consignes spécifiques pour chacun des niveaux d'alerte et les mesures en vigueur dans votre région, consultez la [Carte des paliers d'alerte de COVID-19 par région](#).

Selon les mesures en vigueur en date du 30 septembre 2020, les organismes communautaires, même en zone rouge peuvent maintenir leurs services.

Ce document a été réalisé afin de soutenir les organismes communautaires qui œuvrent en contexte d'aide alimentaire ou qui animent des cuisines collectives ou des ateliers de cuisine dans le contexte de la COVID-19.

RAPPEL IMPORTANT

- Les personnes suivantes ne doivent pas se présenter dans un lieu public et doivent s'isoler à la maison :
 - Avec [symptômes s'apparentant à la COVID-19](#);
 - Ayant reçu un diagnostic positif à la COVID-19;
 - Ayant reçu une consigne d'isolement d'une autorité de santé publique;
 - Revenant d'un voyage à l'extérieur du pays depuis moins de 14 jours.
- La **réduction des contacts** et la **distanciation physique** sont les mesures de prévention **les plus efficaces** et doivent être priorisées en tout temps. Ainsi, **le port du couvre-visage ne remplace pas, mais S'AJOUTE** à :
 - L'isolement à la maison, si malade ou présentant des symptômes s'apparentant à la COVID-19;
 - La distanciation physique;
 - Le lavage des mains;
 - L'étiquette respiratoire;
 - La désinfection régulière des surfaces et des objets.
- **Il revient à l'organisateur de l'activité et, selon le cas, au gestionnaire des lieux** de communiquer clairement aux participants les consignes en vigueur et de mettre en œuvre les mesures sanitaires applicables à son secteur d'activités.

Coronavirus (COVID-19)



CONSIGNES SANITAIRES POUR LES PARTICIPANTS

- Se laver les mains souvent à l'eau courante et au savon pendant au moins 20 secondes;
- Se désinfecter les mains avec une solution à base d'alcool (au moins 60 %) si l'accès à de l'eau et à du savon est difficile;
- Éviter de porter les mains au visage;
- Tousser et éternuer dans son coude;
- Éviter le contact direct pour les salutations, comme les poignées de main, et privilégier l'usage de pratiques alternatives; Maintenir une distance d'au moins 2 mètres (environ 6 pieds) entre les personnes de ménages différents;
- Le port du masque ou du couvre-visage est obligatoire pour les participants (de 10 ans et plus) dans les lieux publics fermés et partiellement couverts. Le masque ou le couvre-visage peut être retiré lorsque les personnes maintiennent la distanciation nécessaire et sont assises.

CONSIGNES POUR LES TRAVAILLEURS

Pour plus d'informations sur les mesures de prévention en milieu de travail - Organismes communautaires, nous vous invitons à consulter: <https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/covid/2946-organismes-communautaires-covid19.pdf> ou à vous référer aux normes de la Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail (CNESST) et à consulter : [Comment limiter la propagation de la COVID-19 au travail?](#)

PARTICIPATION DES AÎNÉS

Les personnes âgées de 70 ans et plus sont les plus à risque de décéder des complications de la COVID-19. Ainsi, afin de protéger leur santé, il est demandé à ces personnes de rester à la maison, ou de limiter leurs déplacements, sauf pour les activités suivantes :

- Se présenter à un rendez-vous médical;
- Sortir marcher;
- Aller se procurer de la nourriture et des médicaments;
- Se rassembler à l'extérieur à condition de respecter différentes [mesures relatives aux rassemblements](#).

Dans tous ces cas, les personnes doivent respecter les [consignes sanitaires pour tous](#).

Toutefois, il revient à ces personnes de prendre la décision de participer ou non à une activité de l'organisme. Lorsqu'elles participent aux activités, ces personnes devraient privilégier l'utilisation du masque de procédure puisqu'il offre une meilleure protection contre le virus.

Les organismes offrant des activités pour cette clientèle peuvent :

- Offrir des activités à distance (ex. : conférence web, ateliers de cuisine par rencontre virtuelle);
- Favoriser les activités extérieures, si cela est possible;

Coronavirus (COVID-19)

- **Redoubler de vigilance dans l'application des mesures sanitaires.**

S'il s'agit d'**employés et de bénévoles**, il revient à l'organisme d'évaluer le risque et l'impact sur les services pour la population. Il faut également évaluer comment assurer la protection du travailleur ou du bénévole.

Enfin, nous vous invitons à consulter régulièrement les consignes de prévention en vigueur que vous pouvez retrouver sur le site du Gouvernement du Québec au : www.quebec.ca/coronavirus et plus particulièrement la section [Personnes âgées de 70 ans et plus dans le contexte de la COVID-19](#).

AIDE ALIMENTAIRE

En plus de toutes les mesures de prévention (exclusion des personnes symptomatiques, hygiène des mains, port du couvre-visage dans les lieux intérieurs, distanciation physique, etc.) et des règles d'hygiène et de salubrité alimentaire à appliquer, les mesures suivantes sont recommandées aux organismes offrant de l'aide alimentaire :

- Étaler les heures de services pour diminuer le nombre de personnes qui sont au même moment dans l'organisme (ex. : effectuer deux distributions alimentaires plutôt qu'une ou faire la distribution alimentaire sur rendez-vous);
- Si une file d'attente survient, il est préférable de la faire à l'extérieur du bâtiment et de maintenir une distance de 2 mètres entre les personnes. Effectuer un marquage au sol peut aider à faire respecter la distanciation;
- Limiter les manipulations d'objets, de sacs ou d'aliments par les employés, les bénévoles et les usagers et limiter le temps passé en groupe (lorsque ce n'est pas nécessaire). Par exemple, un organisme de distribution alimentaire pourrait préparer des sacs ou des boîtes de nourriture à l'avance pour limiter les manipulations et le temps passé en groupe;
- Demander qu'une seule personne par famille se présente à l'organisme (par exemple dans une distribution alimentaire);
- Favoriser si possible la livraison des denrées à domicile :
 - Conserver en tout temps une distance de 2 mètres entre l'utilisateur et le livreur;
 - Si possible, laisser le repas devant la porte tout en s'assurant qu'il sera récupéré rapidement (convenir de l'heure à l'avance ou aviser la personne bénéficiaire après avoir livré) et quitter les lieux;
 - Se laver les mains après avoir touché des surfaces publiques et communes (ex. porte, ascenseur, sonnette);
 - Aviser les usagers qu'ils doivent eux aussi faire preuve de prudence, laver les objets ayant été en contact avec le livreur (poignées de porte, contenants, etc.) et se laver les mains avant de manger leur repas.

CUISINES COLLECTIVES OU ATELIERS DE CUISINE

Les organismes qui animent des cuisines collectives ou des ateliers de cuisine peuvent reprendre leurs activités en respectant les consignes de santé publique en vigueur en plus des mesures déjà applicables pour la préparation des

Coronavirus (COVID-19)



repas. Toutefois, les ateliers de cuisine ou les cuisines collectives nécessitent d'être bien préparés pour être remis en place, car les espaces sont souvent petits et les habitudes de circulation dans la cuisine doivent être modifiées. Outre les consignes de santé publique générales relatives à la [reprise des activités](#) ainsi que les mesures d'hygiène et de salubrité déjà applicables pour la préparation des repas, il faudra considérer les éléments suivants :

- Le nombre de participants devrait être limité en fonction de la taille de la cuisine afin de respecter la distanciation physique de deux mètres;
- Il est recommandé de répartir les tâches afin que les participants restent le plus souvent à leur poste, de limiter la circulation et le va-et-vient dans la cuisine;
- Il faut limiter le partage des outils de cuisine (si cela est impossible, procéder au lavage des mains avant et après l'utilisation et nettoyer les outils entre chaque utilisateur); éviter le partage de papier, recettes, livres, etc.;
- Si possible, préparer à l'avance certains ingrédients et envisager des recettes à réalisation individuelle;
- Le masque ou le couvre-visage doit être porté dans les lieux publics intérieurs, notamment lorsque les personnes sont en déplacement. Il peut être retiré lorsque la personne est assise ET à au moins 2 mètres des autres personnes.

Idées d'adaptation des activités

- Animer des cuisines collectives ou des ateliers de cuisine par rencontre zoom (livrer à domicile des ingrédients des différentes recettes, donner rendez-vous zoom à une heure fixe et cuisiner en groupe à distance);
- Animer des cuisines collectives ou des ateliers de cuisine avec des membres d'une même famille ou personnes vivant sous le même toit;
- Cuisiner pour la clientèle et livrer le tout à domicile;
- Se rassembler à l'extérieur pour cuisiner, en respectant les mesures d'hygiène et de salubrité déjà applicables pour la préparation des repas et les différentes [mesures relatives aux rassemblements](#).

Un guide pour l'animation d'ateliers de cuisine en milieu scolaire est aussi disponible sur le site Les Ateliers cinq épices : <https://cinqepices.org/fr/accueil/ateliers-de-cuisine-nutrition-adaptation-covid-19>

CUISINES ET COMPTOIRS DE SERVICES ALIMENTAIRES

Bien que la COVID-19 ne semble pas se transmettre par l'ingestion d'aliments, par précaution, le lavage de main fréquent et le respect des bonnes pratiques d'hygiène et de salubrité alimentaires sont de mise :

- Pour la manipulation des aliments, se laver les mains : avant et après la manipulation d'aliments, après être allé aux toilettes et après avoir toussé ou éternué, après avoir touché une surface souillée;
- Les employés et bénévoles manipulant des aliments devraient éviter tout contact avec quiconque présentant des symptômes de maladie respiratoire tels que de la toux et des éternuements;
- La vaisselle et les ustensiles utilisés par la clientèle devraient être lavés avec de l'eau et le savon à vaisselle habituel. L'utilisation d'un lave-vaisselle convient également;

Coronavirus (COVID-19)

- Des mesures particulières s'appliquent si un usager de l'organisme est un cas confirmé de Covid-19 ou s'il est en attente d'un résultat de dépistage;
- Pour plus d'informations, consulter les [questions-réponses du MAPAQ](#).

AVEZ-VOUS PRÉVU MANGER ENSEMBLE?

Il est possible d'organiser un repas de groupe en suivant les consignes sanitaires de base ainsi que les règles habituelles d'hygiène et de salubrité du MAPAQ. Il est aussi recommandé de choisir un site ayant accès à l'eau pour un lavage des mains optimal. De plus, il est recommandé de prendre les précautions suivantes :

- Privilégier qu'une seule personne effectue le service;
- Éviter de partager les ustensiles;
- Identifier les verres des invités;
- Éviter les plats à partager (ex. : trempettes, buffet);
- Favoriser des sauces et condiments dans des contenants individuels;
- Nettoyer les surfaces avant et après les repas et les désinfecter régulièrement. Pour les surfaces difficiles à nettoyer (ex. : tables à pique-nique), recourir à des nappes ou des napperons lavables.

Pour connaître les méthodes de nettoyage et de désinfection pour les milieux résidentiels et les lieux publics concernant le virus SRAS-CoV-2 responsable de la COVID-19, nous vous invitons à consulter le lien suivant : <https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/publications/3054-nettoyage-desinfection-surfaces-covid19.pdf>

Pour plus de renseignements

- Nous vous invitons à consulter régulièrement le site du gouvernement du Québec au <https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/> ou téléphonez à la ligne d'informations COVID-19 (1 877 644-4545, sans frais).
- Pour des questions sur ce document, vous pouvez contacter M^{me} Dominique Corbeil : dominique.corbeil@ssss.gouv.qc.ca.
- Pour des questions relatives à votre statut d'employeur ou pour votre personnel, vous pouvez contacter l'équipe de santé au travail : mado.sat.cissslan@ssss.gouv.qc.ca.
- Pour d'autres questions en lien avec la COVID-19, vous pouvez contacter M. Claude Bégin : claud_begin@ssss.gouv.qc.ca.
- Pour un accompagnement par des conseillères en saines habitudes de vie, selon l'évolution de la pandémie et de leurs disponibilités, vous pouvez contacter :
 - Pour le secteur jeunesse du nord : M^{me} Marie-May Martel : Marie-May.Martel@ssss.gouv.qc.ca;
 - Pour le secteur jeunesse du sud : M^{me} Caroline Michaud : Caroline.Michaud@csssl.ca;
 - Pour les municipalités et les organismes communautaires (excluant le secteur jeunesse) : M^{me} Geneviève Filteau : genevieve.filteau@ssss.gouv.qc.ca.