

Allons de l'avant et retissons ensemble les liens qui unissent nos communautés



La pandémie de la COVID-19 a eu un énorme impact sur nos communautés. De nombreuses communautés ont ressenti un relâchement de ces liens. Les familles ne se rassemblent plus pour les anniversaires. Les amis ne vont plus dîner ensemble au restaurant. De nombreux collègues ne se voient plus tous les jours au travail. Et les cultes religieux doivent opter pour des services via internet. Malgré tout cela, la pandémie a aussi fait émerger la force présente au sein de nos communautés. Les gens se portent volontaires pour faire les courses de leurs voisins âgés. Et combien d'entre nous avons reconnecté, par visioconférence, avec de vieux amis qui vivent très loin ?

Les gens commencent à se rassembler de nouveau et à retrouver le chemin des fêtes d'été, d'anniversaire, de mariages et les baby showers. Mais quels gestes adopter pour continuer à se protéger ?

Si le rassemblement a lieu chez vous :

- Vérifiez quelles sont les directives locales. Quelles sont les toutes dernières recommandations concernant la distanciation sociale ? Doit-on porter un masque ? Jusqu'à combien de personnes peut-on recevoir ?
- Prenez en compte les niveaux de confort de votre communauté. Comment vos proches, et vous-même, vous sentez-vous par rapport à un rassemblement en personne ? Quelles règles les feraient se sentir plus à l'aise ?
- Exprimez clairement ce que vous attendez de chacun. Faites passer préalablement le mot sur la fête que vous prévoyez. Dites aux invités ce qu'il en sera de la distanciation physique, du port du masque, du comportement à adopter si l'on se trouve à l'intérieur ou à l'extérieur, etc.
- Reconnaissez qu'il s'agit d'une phase de transition. Actuellement, les gens sont plus susceptibles de se sentir mal à l'aise, anxieux, voire en état de panique. Ainsi, vos proches se sentiront plus enclins à partager leurs sentiments.
- Afin de n'oublier personne, offrez toujours les divers moyens existant de se rencontrer. Le moment propice pour un rassemblement en personne dans un endroit clos sera différent pour chacun. Les individus à haut risque devront sans doute attendre plus longtemps. Envisagez d'organiser un rassemblement où les invités peuvent se joindre à vous en personne et en ligne. Planifiez vos activités de façon à inclure les personnes qui vous rejoignent virtuellement.

Si vous vous rendez à une fête :

- Décidez quelle est la meilleure manière pour vous d'y participer. Vérifiez quelles sont les directives locales sur le nombre de personnes autorisé, la distanciation physique et le port du masque. Avant de prendre votre décision d'y aller, voyez si vous vous sentez assez à l'aise. Si vous avez le sentiment que l'hôte ou les invités ne respecteront pas les recommandations (ou pensez que vous vous sentirez mal à l'aise), alors prenez part virtuellement à la fête ou n'y allez pas.
- Si vous assistez à la fête en personne, demandez à l'hôte ce qu'il a prévu comme règles sanitaires. Et assurez-vous de les suivre. Apportez votre masque et votre désinfectant pour les mains.
- Si vous y assistez virtuellement, éliminez les distractions. Assurez-vous que vous êtes pleinement concentré(e) sur votre participation. Montrez-vous patient(e) car tout le monde n'est pas familier avec la visioconférence. Et imaginez dans quel état d'esprit vous aimeriez être si vous y assistiez en personne. Songez à dresser un décor semblable à l'événement, là où vous êtes, ou à vous porter volontaire pour mener une activité.
- Si vous décidez de ne pas y assister, faites-le savoir le plus rapidement possible à l'hôte. Le cas échéant, envoyez un cadeau.

Ce programme ne doit pas être utilisé en cas d'urgence ou de besoins de soins urgents. En cas d'urgence, appelez le 911 si vous résidez aux États-Unis et si vous résidez en dehors des États-Unis, appelez le numéro des urgences ou rendez-vous au service des urgences. Ce programme ne se substitue pas aux soins d'un médecin ou d'un professionnel de soins de santé. En raison de la possibilité d'un conflit d'intérêts, aucun conseil juridique ne sera offert concernant les problèmes impliquant des poursuites judiciaires contre Optum ou ses affiliés ou toute entité par lequel le correspondant bénéficie de ces services directement ou indirectement (p. ex., l'employeur ou le régime d'assurance-maladie). Ce programme et tous ses éléments connexes, en particulier les services aux membres de la famille de moins de 16 ans, peuvent ne pas être disponibles partout et peuvent changer sans préavis. Le niveau d'expérience et/ou d'éducation des consultants faisant partie du Programme d'aide aux employés peut varier selon les termes du contrat ou les exigences réglementaires des pays. Des exclusions et limitations de couverture peuvent s'appliquer.

Optum® est une marque déposée d'Optum, Inc. aux États-Unis et dans d'autres juridictions. Tous les autres noms de produit ou marques sont des marques de commerce ou des marques déposées qui appartiennent à leurs détenteurs respectifs. Optum est un employeur offrant l'égalité d'accès à l'emploi.