



Positif au Covid-19 : déclarez vous-même vos contacts !

Publié le 10 février 2022 - Direction de l'information légale et administrative (Premier ministre)

Illustration 1

Crédits : © ameli.fr

Vous venez d'être testé positif au Covid-19 ? Prévenir les personnes avec lesquelles vous avez été en contact est essentiel pour leur santé et pour ralentir la progression du virus. Mais quelles consignes sanitaires leur donner ? Doivent-elles s'isoler ou se faire tester ? L'Assurance maladie a mis en ligne un nouveau téléservice « *Lister mes cas contacts* » le 9 février 2022. Les personnes concernées pourront ainsi recevoir les bonnes consignes sanitaires à observer selon leur situation.

L'Assurance maladie propose, depuis le 9 février 2022, un nouvel outil en ligne : [Lister mes cas contacts](https://declare.ameli.fr/listermescascontacts). Il permet aux personnes positives au Covid-19 de lister facilement les personnes avec lesquelles elles ont été en contact avant leur infection au Covid-19. Grâce à ce téléservice, l'Assurance maladie pourra ainsi adresser très rapidement et directement à ces personnes les bonnes consignes sanitaires adaptées à leur situation. Déclarer ses contacts sur ce téléservice facilitera leur prise en charge (tests, arrêt de travail...).

Comment utiliser le téléservice ?

Lorsque vous avez été testé positif au Covid-19, vous recevez un 1^{er} SMS confirmant le résultat positif du test de dépistage (RT-PCR ou antigénique) puis un 2^e SMS (de la part du 38663) vous demandant de déclarer sur ce nouveau téléservice les personnes croisées.

Ce téléservice est accessible sur internet 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7, sur téléphone, tablette ou ordinateur, à partir du lien indiqué dans le SMS mais également directement sur le [site internet d'Ameli](https://declare.ameli.fr/listermescascontacts). Cette démarche vous prendra au maximum 10 minutes et se déroule en 3 étapes :

1. Renseigner son identité, la date du test et les symptômes éventuels

Vous devez renseigner obligatoirement votre identité (nom, prénom, date de naissance, numéro de sécurité sociale), la date à laquelle vous avez réalisé votre test positif (TAG ou RT-PCR uniquement), si vous avez ou non des symptômes et ; si oui, la date d'apparition de ces symptômes.

2. Chercher et déclarer ses cas contacts

Le téléservice calcule automatiquement la période pendant laquelle vous avez pu transmettre le Covid-19, sans le savoir, aux personnes croisées. En cas de symptômes, la période commence 48 heures avant l'apparition de ces symptômes. Sans symptôme, il s'agit des 7 jours qui précèdent la date de prélèvement du test positif.

Toutes les personnes croisées dans une situation à risque (voir liste ci-dessous) durant la période où vous étiez contagieux sont à déclarer dans le téléservice, quel que soit leur statut vaccinal : membres de la famille, colocataires, amis, collègues de bureau... Pour vous aider à vous souvenir des personnes rencontrées, le téléservice guide la recherche avec quelques astuces : regarder son agenda, vérifier les appels et SMS envoyés et reçus, consulter ses réseaux sociaux...

Les informations à renseigner sur un cas contact à risque sont obligatoirement le prénom, le nom, le numéro de téléphone et la date de son dernier contact avec lui, information importante pour déterminer la période d'isolement de certains cas contacts.

Pour chaque cas contact, vous pouvez préciser si vous acceptez de communiquer votre identité ou si vous préférez rester anonyme et si vous vivez, ou non, avec le cas contact. Il est également possible de préciser l'adresse mail et la date de naissance du cas contact.

Le nombre de cas contacts à renseigner sur cette liste n'est pas limité.

3. Enregistrer la liste pour que l'Assurance maladie prenne le relais

Vous enregistrez tous les cas contacts dont vous vous souvenez et vous êtes invité à prévenir directement les cas contacts indiqués.

Ensuite, l'Assurance maladie prend le relais. Les cas contacts ainsi déclarés sont, après vérification des informations, intégrés à la base « *Contact Covid* » gérée par l'Assurance maladie. L'Assurance maladie envoie par SMS à chaque personne cas contact des consignes sanitaires personnalisées (sur l'isolement, les tests à réaliser, etc.) en fonction notamment de son statut vaccinal. Les cas contacts qui ne disposent que d'un numéro de téléphone fixe sont appelés.

À noter : grâce à ce téléservice et aux informations communiquées par la personne positive, la prise en charge et l'accompagnement des personnes cas contacts sont donc facilités et individualisés.

Pourquoi est-il important de déclarer ses cas contacts sur ce téléservice ?

En utilisant ce téléservice, en tant que personne positive au Covid-19, vous contribuez à briser les chaînes de contamination. D'autre part, les personnes cas contacts identifiées vont pouvoir bénéficier de conseils sanitaires personnalisés. De plus, elles seront enregistrées dans la base de données « *Contact Covid* », ce qui leur permettra de bénéficier de la prise en charge des tests de dépistage et, sous conditions, notamment en cas d'impossibilité de télétravailler, de demander un arrêt de travail sur le site internet declare.ameli.fr.

Quand une personne est-elle considérée comme un cas contact à risque ?

On considère qu'une personne peut avoir été contaminée par le Covid-19 :

- si elle a croisé une personne testée positive au Covid-19 et qu'une des 2 personnes ne portait pas de masque de protection maximale (un masque chirurgical de catégorie 1 ou un masque FFP2)
- et si elle se trouvait dans l'une des situations suivantes :
 - elle partage le même lieu de vie que la personne positive au Covid-19 ;
 - elle a été en contact de moins de 2 mètres (peu importe la durée) ;
 - la personne positive toussait ou éternuait en sa présence ;
 - elle partageait un espace confiné pendant au moins 15 minutes en continu ;
 - elle recevait ou donnait des actes de soin ou d'hygiène.

Et aussi

- J'ai été en contact avec une personne malade du Covid-19 : que dois-je faire ? (<https://www.service-public.fr/particuliers/actualites/A14278>)
-

Pour en savoir plus

- **Personne positive au Covid-19 : ouverture d'un téléservice pour lister ses cas contacts** [↗](https://www.ameli.fr/paris/assure/actualites/personne-positive-au-covid-19-ouverture-d-un-teleservice-pour-lister-ses-cas-contacts) (<https://www.ameli.fr/paris/assure/actualites/personne-positive-au-covid-19-ouverture-d-un-teleservice-pour-lister-ses-cas-contacts>)
Caisse nationale d'assurance maladie (Cnam)
- **Contact tracing : arrêter plus vite les chaînes de transmission du virus** [↗](https://www.ameli.fr/paris/assure/covid-19/tester-alerter-protger-comprendre-la-strategie-pour-stopper-l-epidemie/contact-tracing-et-retrotracing-arreter-les-chaines-de-transmission) (<https://www.ameli.fr/paris/assure/covid-19/tester-alerter-protger-comprendre-la-strategie-pour-stopper-l-epidemie/contact-tracing-et-retrotracing-arreter-les-chaines-de-transmission>)
Caisse nationale d'assurance maladie (Cnam)