

# Newsletter sur la préparation en matière de santé publique

PRINTEMPS 2023



Cette newsletter est disponible en **amharique, en arabe, en français, en créole haïtien, en indonésien, en khmer, en portugais, en russe, en chinois simplifié, en espagnol, en swahili et en vietnamien** à l'adresse : [bit.ly/CRPNnewsletter](https://bit.ly/CRPNnewsletter).

Pour demander des copies imprimées gratuites, visitez le site [bit.ly/PHPMaterials](https://bit.ly/PHPMaterials) ou laissez un message au 215-429-3016.

## Quelle influence le changement climatique a-t-il sur les inondations ?

Le changement climatique peut affecter les conditions météorologiques et les températures dans différentes régions.

Du fait du changement climatique, Philadelphie connaîtra des épisodes caniculaires extrêmes et des précipitations plus abondantes, ce qui entraînera une élévation du niveau de la mer et une augmentation des risques d'inondation.



## Maladies à transmission vectorielle

Le réchauffement du climat et les modifications des conditions météorologiques peuvent perturber l'équilibre normal de la nature.

Philadelphie se réchauffe. L'augmentation des températures est susceptible d'entraîner une augmentation du nombre de moustiques et de tiques, ce qui risque de favoriser l'apparition de maladies à transmission vectorielle.



## Procurez-vous ReadyPhiladelphia et soyez parmi les premiers avertis

L'Office of Emergency Management (Bureau de gestion des urgences) fournit des alertes concernant les catastrophes et les urgences locales.

Pour recevoir des alertes SMS gratuites, veuillez envoyer le texte **READYPHILA** par SMS au **888-777** ou vous inscrire sur [bit.ly/ReadyPhila](https://bit.ly/ReadyPhila)

Vous trouverez ci-dessous des informations sur la manière de vous préparer, ainsi que vos proches et votre domicile, à des phénomènes météorologiques violents.

- Maladie de Lyme
- Grippe saisonnière
- Virus du Nil Occidentale
- COVID-19 et autres
- Inondations

# Préparez-vous et vos proches

## Maladie de Lyme

La maladie de Lyme est une infection causée par une bactérie dont les tiques sont porteuses et qui peut se transmettre à l'homme par leur morsure.

Toutes les tiques ne sont pas porteuses de la maladie de Lyme.

Les tiques se trouvent généralement dans les hautes herbes et les environnements boisés.

### Pour vous protéger contre les piqûres de tiques

- Marchez au centre des sentiers.
- Vérifiez que vos vêtements ne contiennent pas de tiques.
- Sous la douche, vérifiez l'absence de tiques sur tout votre corps en vous aidant d'un miroir si nécessaire.



### Comment retirer une tique

1. Tirez sur la tique vers le haut en exerçant une pression régulière.
2. Nettoyez la zone avec de l'alcool à friction ou du savon et de l'eau.

Pour des instructions détaillées sur la manière de se débarrasser des tiques vivantes, consultez le site suivant ; [bit.ly/tick\\_removal](https://bit.ly/tick_removal).

### Quand obtenir des soins médicaux Immédiatement

- si vous ne pouvez ou ne voulez pas enlever une tique vous-même.
- si vous avez de la fièvre ou une éruption cutanée rouge en forme de cercle autour de la piqûre.

## Moustiques

Les moustiques sont abondants dans les régions chaudes. La plupart des piqûres de moustiques provoquent des démangeaisons, et certaines peuvent transmettre des virus et des parasites responsables de maladies.



### Pour vous protéger contre les piqûres de moustiques

- Utilisez un spray anti-moustiques
  - ◇ Pour trouver le produit qui vous convient, visitez le site : [bit.ly/findrepellent](https://bit.ly/findrepellent).
  - ◇ Pour obtenir des conseils de sécurité sur l'application d'un tel spray sur les enfants, consultez le site : [bit.ly/repellent\\_safety\\_tips](https://bit.ly/repellent_safety_tips).
- Couvrez-vous
  - ◇ Portez des manches longues, des pantalons et des chaussettes pour éviter les piqûres.
- Videz les points d'eau stagnante
  - ◇ En vidant ou recouvrant tout ce qui contient de l'eau à proximité de votre maison (coupelles, nourriture pour animaux, récipients d'eau, seaux, etc.), vous empêcherez les moustiques de se reproduire autour de votre maison.

## Qu'est-ce que le virus du Nil occidental ?

- Le virus du Nil occidental est une maladie qui se transmet par la piqûre d'un moustique.
- Tous les moustiques ne sont pas porteurs du virus du Nil occidental.
- La plupart des personnes infectées ne tombent pas malades, mais certaines développent de la fièvre et des symptômes grippaux et, dans de rares cas, une inflammation ou un gonflement du cerveau.
- Les personnes âgées de 50 ans et plus sont les plus exposées au risque de maladie grave et de décès.
  - ◇ Si vous ou un membre de votre famille souffrez de maux de tête, de faiblesse ou d'états de fatigue inexplicables, parlez-en à votre médecin traitant.

Pour de plus amples informations sur les moustiques et le virus du Nil occidental, consultez le site [bit.ly/Mosquito\\_bites](https://bit.ly/Mosquito_bites).

# Inondations à Philadelphie

Comme la plupart des grandes villes de la côte Est, Philadelphie est sujette aux inondations. Philadelphie connaît trois types d'inondations dues à de fortes précipitations : les inondations dues aux rivières, aux eaux de surface et aux eaux souterraines. Le changement climatique peut avoir un impact sur les tempêtes, les rendant plus fortes et plus fréquentes. Ceci augmente les risques d'inondation à Philadelphie.

Pour en savoir plus sur les inondations à Philadelphie, consultez le site : [bit.ly/PWDFlood](https://bit.ly/PWDFlood)

## Se préparer à une inondation

- Gardez une radio AM/FM à piles réglée sur une station locale.
- Préparez une trousse d'urgence/un sac de voyage. Pour de plus amples informations, consultez le site [bit.ly/MakeAGoBag](https://bit.ly/MakeAGoBag).
- Inscrivez-vous auprès de ReadyPhiladelphia pour recevoir des alertes météorologiques gratuites en envoyant **READYPHILA** par SMS au **888-777** ou en consultant le site [bit.ly/ReadyPhila](https://bit.ly/ReadyPhila).

## Pendant et après une inondation

### Évitez les eaux de crue

- Ne conduisez ou ne marchez PAS sur des routes inondées.
- Il suffit de 30 cm d'eau vive pour emporter une voiture.
- Les eaux d'inondation contiennent des parasites nocifs, des produits chimiques et des déchets.
  - ◇ Lavez-vous les mains si vous en touchez.
- Si votre maison est inondée, coupez le gaz, l'eau et l'électricité.

### En cas de coupure de courant

- Si des lignes électriques sont tombées ou si vous sentez une odeur de gaz, appelez la ligne d'urgence de PECO au 1-800-841-4141.
- Jetez les aliments si le réfrigérateur est resté éteint pendant plus de quatre heures.
- Replace medications that require refrigeration.



## Prévention et nettoyage des moisissures

Les moisissures peuvent provoquer des irritations des yeux et de la peau ainsi que des réactions allergiques. Si vous êtes asthmatique, les moisissures peuvent déclencher des crises d'asthme.

### Prévention

- Nettoyez et séchez les surfaces mouillées dans les 24 heures et jetez les objets qui ne peuvent pas être séchés.
- Pour sécher, utilisez des ventilateurs, des climatiseurs et des déshumidificateurs.

### Pour un nettoyage sûr

- Portez des gants en caoutchouc, des lunettes de protection, une chemise à manches longues, un pantalon long et un masque.
- Ouvrez portes et fenêtres.
- Utilisez un savon ou un détergent sans ammoniac. Ne mélangez JAMAIS de l'eau de Javel avec de l'ammoniac.

Pour plus d'informations sur les inondations et les moisissures, consultez le site [bit.ly/floods\\_cdc](https://bit.ly/floods_cdc).

# Centre de ressources sur la santé



Vous avez besoin d'aide pour faire face à une crise de santé mentale ?  
Appelez le 215-685-6440.

Pour contacter les Services de santé mentale et de toxicomanie,  
appelez le 888-545-2600.

Ouvert 24 h/24 et 7 j/7, service d'interprétation disponible.

Pour un dépistage en ligne et des ressources utiles,  
visitez le site [HealthyMindsPhilly.org](https://HealthyMindsPhilly.org)

## COVID-19 et grippe saisonnière

Le vaccin contre la grippe saisonnière est mis à jour chaque année afin de protéger contre les types de grippe les plus courants.

Le booster bivalent COVID-19 assure une protection supplémentaire contre le variant Omicron.

Des personnes en bonne santé, quel que soit leur âge, peuvent tomber gravement malades, être hospitalisées et même mourir des complications des virus de la COVID-19 ou de la grippe.

Pour renouveler votre immunité, il est important de recevoir un vaccin annuel contre la grippe et un rappel contre la COVID-19 afin que votre système immunitaire soit le plus efficace possible pour vous protéger contre les maladies.



Les deux vaccins peuvent être administrés en même temps en toute sécurité.

[bit.ly/FluPHL](https://bit.ly/FluPHL) [bit.ly/COVIDvaxPHL](https://bit.ly/COVIDvaxPHL)

Pour en savoir plus ou si vous avez des questions, appelez le centre d'appel de PDPH au 215-685-5488.

Pour le service d'interprétation, tapez 3 pour votre langue, 2 pour l'espagnol et composez le 711 pour une TRS/TTY

Il est important d'avoir un médecin traitant en qui vous avez confiance pour vous aider à rester en bonne santé pendant l'hiver, surtout si vous souffrez d'une maladie chronique.

Trouvez des soins médicaux gratuits ou à bas prix, même si vous n'avez pas d'assurance, à l'adresse suivante

[www.phila.gov/primary-care](https://www.phila.gov/primary-care).

## Restons connectés !

Visitez notre site web à l'adresse [bit.ly/PDPHPreparednessOutreach](https://bit.ly/PDPHPreparednessOutreach).



Pour recevoir des exemplaires imprimés de ce bulletin d'information, pour toute question ou pour des problèmes avec la traduction, ou si vous êtes intéressé(e) par la mise en place d'un bureau d'information ou d'une présentation à votre communauté, envoyez-nous un courriel à l'adresse [PublicHealthPreparedness@phila.gov](mailto:PublicHealthPreparedness@phila.gov) ou laissez un message au 215-429-3016.

Nous nous réjouissons d'échanger avec vous !

Inscrivez-vous au Réseau de partenaires d'intervention communautaire à l'adresse suivante

[bit.ly/phlcommunityresponse](https://bit.ly/phlcommunityresponse).

Recevez les informations essentielles en matière de santé publique, à partager avec votre famille, vos amis et vos voisins.

Soyez prudent(e) !