



# COVID-19 et grippe saisonnière

Octobre 2023

**La grippe et la COVID-19 sont des virus respiratoires qui affectent vos poumons et votre respiration.**

**Protégez-vous et protégez vos proches en vous faisant vacciner contre la grippe et en recevant le rappel COVID-19.**

- Le vaccin contre la grippe (influenza) est mis à jour chaque année afin de protéger contre les souches (types) de grippe les plus courants ou les plus dangereux.
- Les doses de rappel de COVID-19 sont développées pour protéger contre les nouvelles souches (types) de COVID-19 qui sont les plus contagieuses.
- Il est important de se faire vacciner contre la grippe chaque année et de recevoir un rappel de COVID-19, chaque fois qu'il est proposé.

Pour plus d'informations sur le vaccin contre la grippe, consultez le site [bit.ly/FluPHL](https://bit.ly/FluPHL).

Pour plus d'informations sur les vaccins COVID, visitez le site [bit.ly/COVIDvaxPHL](https://bit.ly/COVIDvaxPHL).

**La COVID-19 et la grippe se propagent d'une personne à l'autre de la même manière et provoquent des symptômes similaires, mais elles sont causées par des virus différents.**

## La COVID-19 et la grippe peuvent être transmises par :



- Des gouttelettes (petites particules) peuvent rester dans l'air lorsqu'une personne atteinte de COVID-19 ou de la grippe respire, éternue ou tousse, permettant au virus d'infecter une autre personne.
- Toucher un objet ou une surface contenant des virus, puis toucher sa bouche, son nez ou ses yeux.
- **Le saviez-vous ?** Les personnes infectées par la COVID-19 ou la grippe peuvent ne ressentir aucun symptôme et peuvent transmettre les virus à d'autres personnes avant même de se sentir malades.

## Prévenir la propagation du COVID-19 et de la grippe :

- Portez un masque dans les lieux publics bondés
- Lavez-vous souvent les mains
- Évitez de toucher votre visage
- Toussez et éternuez dans le pli de votre coude ou dans un mouchoir en papier



## Ressources sur la COVID-19 et la grippe saisonnière

Octobre 2023

La COVID-19 et la grippe ont des symptômes similaires qui peuvent aller de l'absence de symptômes (asymptomatique) à des symptômes légers ou graves. Pour en savoir plus, visitez le site [bit.ly/FLUvsCOVID](https://bit.ly/FLUvsCOVID).

Un test est nécessaire pour savoir si une personne a la grippe, la COVID-19 ou peut-être les deux.

Se faire vacciner contre la grippe saisonnière et recevoir un rappel de COVID-19 est le meilleur moyen de rester protégé.

Pour trouver des vaccins et des tests **GRATUITS** :

Vaccins contre la grippe  
[bit.ly/FluPHL](https://bit.ly/FluPHL)

Vaccins contre la COVID-19  
[bit.ly/COVIDvaxPHL](https://bit.ly/COVIDvaxPHL)

Test COVID-19  
[bit.ly/Covid19\\_test](https://bit.ly/Covid19_test)

Pour plus d'informations sur la COVID-19 et la grippe :

Département de la santé publique de Philadelphie  
**215-685-5488**

Ouvert aux heures normales d'ouverture.

Composez le **711** pour une assistance TRS/TTY.

**Interprétation disponible,**

Appuyez sur **2** pour l'espagnol ou sur **3** pour l'interprétation dans votre langue.

Trouvez des soins primaires **GRATUITS** ou à faible coût :

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

Assuré ou non assuré.

Effectuez une recherche par lieu, type de soins primaires, soins spécialisés ou services de dépistage.

**Contactez votre prestataire de soins si vous avez des questions sur la grippe saisonnière, les vaccins COVID-19 ou si vous vous sentez malade.**

**Restez connecté(e) pour rester informé(e)**

Pour toute question, veuillez nous envoyer un e-mail à l'adresse suivante :

**PublicHealthPreparedness@phila.gov**

ou laisser un message au **(215) 429-3016**. Nous nous réjouissons d'échanger avec vous !

