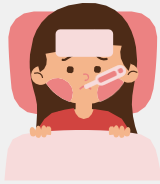


COVID-19, VRS et grippe saisonnière

Symptômes des virus respiratoires



Fièvre



Frissons



Fatigue



Toux



Maux de tête

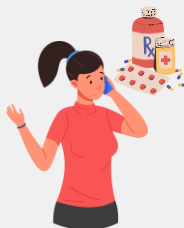
Principaux moyens de prévention des maladies



Vaccins



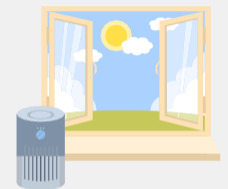
Hygiène



Traitement



Rester à la maison
et prévenir la
propagation



Mesures pour
un air plus pur

Autres moyens de prévenir les maladies



Masques



Distanciation



Tests

Si vous vous sentez malade, restez chez vous et éloignez-vous des autres pendant 24 heures jusqu'à ce que les DEUX situations suivantes soient vérifiées :



Vos symptômes s'améliorent



Vous n'avez pas ou plus de fièvre (sans médicaments)

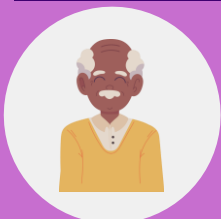
Prenez ensuite des précautions supplémentaires pendant les 5 jours suivants.



On utilisera des stratégies supplémentaires dans les cas suivants :

- ✓ De nombreuses personnes de votre communauté tombent malades.
- ✓ Une exposition, une maladie ou une convalescence vous a récemment concerné(e) ou a concerné vos proches.
- ✓ Le risque accru de tomber gravement malade vous concerne ou concerne vos proches.

Personnes les plus susceptibles de tomber gravement malades



Personnes âgées



Nourrissons et enfants de moins de 5 ans



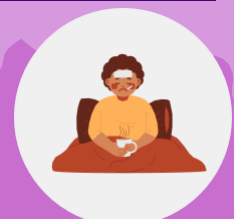
Les personnes présentant des handicaps



Femmes enceintes



Les personnes présentant certains états de santé



Les personnes présentant des systèmes immunitaires affaiblis

Ressources sur le COVID-19, le VRS et la grippe saisonnière

Les vaccins en bref

- ♦ Le vaccin contre la grippe est mis à jour chaque année pour protéger contre les types de grippe pressentis comme devant être plus courants.
- ♦ De nouveaux vaccins antiCOVID-19 sont créés pour protéger contre les types/variants les plus récents du virus.
- ♦ Les vaccins contre le VRS protègent les nourrissons et les adultes âgés de 60 ans et plus d'une infection grave par le VRS.

Pour plus d'informations sur les vaccins

- ♦ bit.ly/FluPHL
- ♦ bit.ly/COVIDvaxPHL
- ♦ bit.ly/RSVvaxPHL



Contactez votre prestataire de soins de santé si vous avez des questions sur les vaccins ou si vous vous sentez malade.

Trouver un prestataire de soins de santé

Il importe d'avoir un médecin traitant de confiance pour vous aider à rester en bonne santé pendant l'automne, surtout si vous souffrez d'une maladie chronique.

Utiliser le **Recherche de soins primaires** à l'adresse www.phila.gov/primary-care pour trouver des soins médicaux gratuits ou peu coûteux, même si vous n'avez pas d'assurance.

Recherche par langue, par lieu, par spécialité et plus encore.

Demandez au service de santé

Pour plus d'informations ou si vous avez des questions, appelez le Centre d'appel du département de la santé publique de Philadelphie au numéro suivant **215-685-5488** ouvert **du lundi au vendredi de 8h30 à 17h00**.

Pour l'interprétation, **appuyez sur 2** pour l'espagnol, **appuyez sur 3** pour l'interprétation dans votre langue.

Composez le 711 pour une assistance TRS/TTY (accessibilité au téléphone et télécopieur).

Le Programme de préparation à la santé publique aide les communautés à se préparer et à répondre aux urgences de santé publique par le biais de formations communautaires, de tables de ressources et de démarchage. Nous pouvons venir dans votre communauté !

Rendez-vous sur notre site web à l'adresse suivante bit.ly/PDPHPreparednessOutreach.

Pour obtenir des copies imprimées de ce dépliant, pour poser des questions ou pour résoudre des problèmes de traduction, envoyez-nous un courriel à l'adresse suivante PublicHealthPreparedness@phila.gov ou à

laissez un message au **215-429-3016**.

Nous serions ravis de vous lire ou de vous entendre !

Suivez-nous sur les réseaux sociaux !



@PHLHlthPrepare



Philly Health Prepared



@Phlpublichealth



Department of
Public Health
CITY OF PHILADELPHIA