

Préparation à la santé publique

Bulletin d'information | Printemps 2026



Dans ce bulletin vous trouverez :

des informations sur les maladies transmises par des vecteurs.

des conseils en matière de sécurité pour faire face à des éventuelles conditions météorologiques extrêmes.

des ressources en matière de santé mentale.

Des informations sur les virus respiratoires : le VRS, la grippe et la COVID-19.

À propos de ce bulletin

Ce bulletin a été créé par le programme de préparation à la santé publique du service de la santé publique de Philadelphie afin de mieux préparer les habitants aux urgences de santé publique, telles que les tempêtes violentes, les maladies infectieuses, etc.

Ce bulletin est disponible en amharique, arabe, dari, français, créole haïtien, indonésien, khmer, polonais, portugais, russe, chinois simplifié, espagnol, swahili, vietnamien et anglais à l'adresse bit.ly/CRPNnewsletters.

Demandez des exemplaires imprimés gratuits.



bit.ly/PHPMaterials



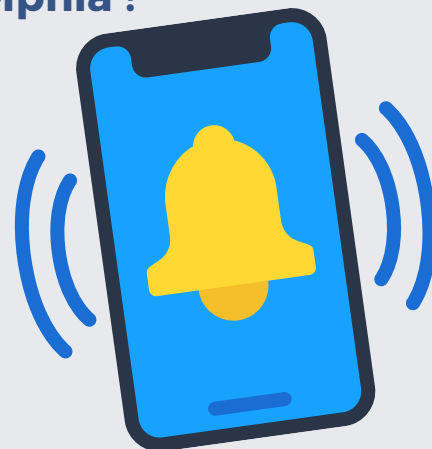
Laissez un message au 215-683-0806.

N'oubliez pas de vous inscrire à ReadyPhiladelphia !

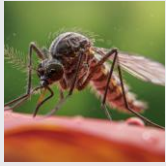
Le Bureau de gestion des urgences diffuse des informations sur les phénomènes météorologiques violents par le biais d'e-mails et d'alertes SMS gratuits grâce au système d'information de masse de la ville, ReadyPhiladelphia.

Les alertes sont désormais disponibles en [onze langues](#) : anglais, français, arabe, russe, espagnol, vietnamien, chinois simplifié, créole haïtien, portugais, swahili et langue des signes américaine.

Pour recevoir des alertes SMS gratuites, envoyez **READYPHILA** par SMS au **888-777** ou inscrivez-vous sur phila.gov/ready.



Moustiques et tiques à Philadelphie



Le réchauffement climatique raccourcit les hivers et allonge les étés chauds. Cela favorise la prolifération des vecteurs tels que les tiques et les moustiques, ainsi que la propagation des maladies.



Se protéger contre les moustiques

Les moustiques sont courants par temps chaud.

La plupart des piqûres provoquent simplement des démangeaisons, mais certaines peuvent transmettre des germes qui sont transmetteurs de maladies.

Utilisez un spray anti-insectes

Pour trouver le répulsif qui vous convient, rendez-vous sur bit.ly/findrepellent.

Pour obtenir des conseils en matière de sécurité sur l'application d'un répulsif sur les enfants, rendez-vous sur bit.ly/repellent_safety_tips.

Videz l'eau stagnante

Videz ou couvrez les eaux stagnantes, comme les pots de fleurs, les seaux ou les baignoires, pour empêcher les moustiques de se reproduire près de chez vous.

Couvrez-vous

Portez des manches longues, des pantalons et des chaussettes pour éviter les piqûres.

Les moustiques de Philadelphie peuvent être porteurs du virus du Nil occidental.

- La plupart des personnes infectées ne tombent pas malades, mais certaines peuvent présenter de la fièvre et des symptômes grippaux. Dans de rares cas, elles peuvent souffrir d'une inflammation ou d'un œdème cérébral.

Les personnes âgées de 50 ans ou 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 inexplicables, de faiblesse ou de fatigue, consultez votre médecin traitant.

Pour plus d'informations sur les moustiques et le virus du Nil occidental, consultez le lien suivant : bit.ly/FightTheBitePhilly.

Se protéger contre les tiques

Les tiques de Philadelphie peuvent être porteuses de la maladie de Lyme. Cette infection est causée par des germes présents chez les tiques. On trouve généralement des tiques dans les parcs, les jardins où l'herbe est haute ou les zones boisées.

Prévenir les piqûres de tiques

- Utilisez un répulsif approuvé par l'EPA.
- Restez au centre des sentiers.
- Prenez une douche et vérifiez que votre corps et vos vêtements ne comportent pas de tique.



Retirez la tique immédiatement ou, en tout cas, dans les 24 heures. Une tique doit rester accrochée pendant 24 à 72 heures pour transmettre la maladie de Lyme à l'homme.

Retirer les tiques

- Utilisez une pince à épiler à bouts fins pour tirer la tête de la tique vers le haut en exerçant une pression constante.
- Nettoyez la zone avec de l'alcool ou de l'eau et du savon.

Pour des instructions détaillées sur le retrait des tiques, consultez le lien suivant : bit.ly/Safe_TickRemoval.

Consultez immédiatement un médecin si vous ne parvenez pas à retirer une tique ou si vous présentez de la fièvre ou une éruption cutanée rouge et circulaire autour de la piqûre.

Inondations à Philadelphie

Le risque d'inondation à Philadelphie augmente et devrait continuer à croître.

Le changement climatique entraîne une élévation du niveau de la mer, des tempêtes plus violentes et des précipitations abondantes. Cela se traduit par des inondations plus fréquentes et des risques sanitaires accrus, notamment des problèmes respiratoires liés à la moisissure, des maladies transmises par des vecteurs et des blessures liées aux tempêtes.

Se préparer à une inondation

- Gardez une radio AM/FM à piles réglée sur une station locale.
- Préparez un sac d'urgence. Pour plus d'informations, rendez-vous sur bit.ly/MakeAGoBag.
- Inscrivez-vous à **ReadyPhiladelphia** pour recevoir gratuitement des alertes météo en envoyant READYPHILA par SMS au 888-777 ou sur phila.gov/ready.



Prévention et élimination des moisissures

Les moisissures peuvent provoquer des irritations oculaires et cutanées ainsi que des réactions allergiques.

Si vous souffrez d'asthme, la moisissure peut déclencher des crises d'asthme.

Prévention

- Nettoyez et séchez les surfaces humides dans les 24 heures. Jetez les objets qui ne peuvent pas être séchés.
- Pour sécher votre logement, utilisez des ventilateurs, la climatisation ou des déshumidificateurs.

Nettoyage en toute sécurité

- Portez des gants en caoutchouc, des lunettes de protection, une chemise à manches longues, un pantalon long et un masque N-95.
- Ouvrez les portes et les fenêtres.
- Vous n'avez pas besoin d'utiliser d'eau de Javel. Utilisez un savon ou un détergent sans ammoniaque. **NE MÉLANGEZ JAMAIS** l'eau de Javel avec de l'ammoniaque.

Pour plus d'informations sur les inondations et la moisissure, consultez le lien suivant : bit.ly/FloodSafetyandMoldFree.

Pendant et après une inondation

Évitez les eaux de crue. Elles peuvent contenir des germes nocifs, des produits chimiques et des déchets.

- **NE PAS** conduire ou marcher sur des routes inondées.
 - Il suffit de 30 cm (1 pi) d'eau vive pour emporter une voiture.
- Lavez-vous les mains si vous en touchez.
- **COUPEZ** le gaz, l'électricité et l'eau si votre maison est inondée.

En cas de coupure de courant

- Jetez les aliments si le réfrigérateur est resté éteint pendant plus de quatre heures.
- Remplacez les médicaments qui doivent être conservés au frais.

Si vous voyez des lignes électriques tombées au sol ou si vous sentez une odeur de gaz, appelez la ligne d'urgence de PECO au 1-800-841-4141.

Pour plus d'informations sur les inondations, rendez-vous sur bit.ly/PWDFlood.

Protégez votre santé

Virus respiratoires

Les virus respiratoires continuent de se propager tout au long du printemps. Protégez-vous en vous faisant vacciner.

Aidez à prévenir la propagation des virus respiratoires.

- Si vous présentez des symptômes, faites-vous tester pour la COVID-19 et la grippe, si possible.
- Portez un masque dans les lieux publics bondés.
- Restez chez vous si vous vous sentez malade.

Pour plus d'informations sur les virus respiratoires.

- bit.ly/Covid19_test
- bit.ly/FluPHL
- bit.ly/COVIDvaxPHL
- bit.ly/PHLVax

Grippe aviaire

La grippe aviaire, ou H5, est une infection virale qui se transmet principalement par contact avec des oiseaux sauvages, de la volaille ou d'autres animaux. À Philadelphie, le risque pour l'homme est faible, mais il est tout de même important de prendre certaines précautions.

- Ne touchez pas d'oiseaux ni d'autres animaux malades ou morts.
- Lavez-vous les mains après avoir visité une ferme ou un zoo pour enfants.
- Pour plus d'informations, consultez le lien suivant : bit.ly/BirdFlu2025.

Soins de base

Trouvez des soins médicaux gratuits ou à faible coût, même si vous n'avez pas d'assurance.

- phila.gov/primary-care

Vous avez des questions ? Appelez le service de la santé publique de Philadelphie au **215-685-5488**. Appuyez sur **2** pour avoir un interlocuteur qui parle espagnol ; appuyez sur **3** pour bénéficier d'un service d'interprétation dans votre langue. Composez le 711 pour obtenir de l'aide via TRS/TTY.

Ressources en matière de santé mentale.

Contactez-nous 24 h/24, 7 j/7 (service d'interprétation disponible).

Ligne d'aide en cas de crise et de suicide

- Appelez ou envoyez un SMS au 988

Dépistage et ressources en ligne gratuits

- HealthyMindsPhilly.org



Vous n'êtes pas seul.

**IL N'Y A PAS DE MAL À
DEMANDER DE L'AIDE.**

Restez connecté





Visitez notre site web.

 bit.ly/PDPHPreparednessOutreach

Demandez un tableau des ressources, voire une formation.

Contactez-nous pour obtenir des exemplaires de ce bulletin, poser des questions ou signaler des problèmes de traduction.

 PublicHealthPreparedness@phila.gov

 Laissez un message au 215-683-0806.

Inscrivez-vous au Community Response Partner Network (CRPN).

 bit.ly/CRPNnewsletters

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