

## Campagne de vaccination contre la grippe 2016-2017

### **Restez loin de la grippe. Faites-vous vacciner si vous vivez avec une maladie chronique ou êtes âgé de plus de 60 ans**

**Laval, le 31 octobre 2016** – C'est 1<sup>er</sup> novembre prochain que débutera la vaccination contre la grippe sur le territoire de Laval. La population peut prendre rendez-vous dès maintenant à [www.monvaccin.ca](http://www.monvaccin.ca) (section Laval). Pour les personnes atteintes d'une maladie chronique ou les personnes âgées, la vaccination est le moyen le plus efficace de réduire leurs chances d'attraper la grippe et développer des complications.

« Contrairement à ce que l'on pourrait croire, la grippe est une infection très contagieuse qui peut entraîner des complications graves chez les personnes qui ont une santé plus fragile. Le vaccin n'empêche pas toujours une personne à risque de contracter la grippe, mais il en réduit les complications comme les pneumonies, les hospitalisations et les décès », explique le docteur Jean-Pierre Trépanier, directeur de santé publique au Centre intégré de santé et de services sociaux de Laval. Celui-ci rappelle que la vaccination demeure tout particulièrement indiquée et recommandée chez les personnes ayant des maladies chroniques et les personnes âgées. Il ajoute que l'entourage de ces personnes devrait également se faire vacciner afin de leur assurer la meilleure protection possible.

#### **Vaccin gratuit**

Comme par les années passées, le vaccin contre la grippe est offert gratuitement aux personnes à risque. Il s'adresse à vous si :

- Vous souffrez d'une maladie chronique comme le diabète, le cancer, une obésité importante, une maladie du cœur, des poumons, du foie ou des reins;
- Vous êtes enceinte de 13 semaines et plus et vous êtes en bonne santé;
- Vous avez 60 ans et plus;
- Vous avez dans votre entourage des personnes à risque ou des enfants de moins de six mois;
- Votre enfant est âgé entre 6 à 23 mois;
- Vous êtes une travailleuse ou un travailleur de la santé.

Il est à noter que les personnes en bonne santé qui souhaitent réduire leur risque d'attraper la grippe peuvent être vaccinées, et ce, à leurs frais.

#### **Réservez en ligne à [www.monvaccin.ca](http://www.monvaccin.ca) (section Laval)**

La population lavalloise peut prendre rendez-vous en ligne dès maintenant. Une fois la plage horaire réservée, la personne n'a qu'à se présenter à l'heure indiquée avec le **numéro de confirmation de son rendez-vous et sa carte d'assurance-maladie** afin de recevoir son vaccin sans attendre.

Pour les personnes qui ne peuvent pas réserver en ligne, téléphonez, du lundi au vendredi, de 8 h 30 à 12 h, et de 13 h à 16 h 30 aux numéros suivants :

- **CLSC de Sainte-Rose** : 450 963-6260
- **CLSC des Mille-Îles** : 450 661-5371
- **CLSC du Marigot** : 450 668-1803
- **Centre intégré de services de première ligne de l'ouest de l'Île** : 450 627-2530

**Des mesures d'hygiène simples, pourtant efficaces**

Rappelons qu'il existe des moyens simples et complémentaires à la vaccination pour limiter la transmission de la grippe, comme se laver régulièrement les mains à l'eau et au savon, utiliser un produit antiseptique en l'absence de lavabo et prendre soin de tousser ou d'éternuer dans le pli du coude.

« Il est recommandé d'éviter de se toucher le nez, les yeux et la bouche, car ce sont des portes d'entrée pour les microbes. De même, il est recommandé de veiller à ce que les éléments de son environnement soient nettoyés régulièrement, notamment les appareils sanitaires, les comptoirs et les lavabos », conclut le docteur Trépanier.

Pour en savoir davantage, la population lavalloise est invitée à visiter le Portail santé mieux-être du gouvernement du Québec ([sante.gouv.qc.ca](http://sante.gouv.qc.ca)). Celui-ci regroupe une foule de renseignements concernant la vaccination, incluant les mesures d'hygiène et de prévention à prendre, les symptômes de la grippe, etc.

- 30 -

**Renseignements :** Direction des ressources humaines, des communications et des affaires juridiques  
Centre intégré de santé et de services sociaux de Laval  
Ligne médias : 450 978-8608  
[communications.cissslaval@ssss.gouv.qc.ca](mailto:communications.cissslaval@ssss.gouv.qc.ca)