

## Vaccination contre la grippe saisonnière : il est encore temps de recevoir le vaccin!

**Rouyn-Noranda, le 20 janvier 2016** - Même si le virus de la grippe ne circule pas encore dans la région, le Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) de l'Abitibi-Témiscamingue rappelle à la population, plus spécialement aux personnes appartenant aux clientèles vulnérables, qu'il est toujours possible de recevoir le vaccin contre la grippe saisonnière.

Tôt ou tard, la saison de la grippe finira par s'installer. Puisque le vaccin met jusqu'à 2 semaines pour atteindre sa pleine efficacité, il est préférable de se faire vacciner avant que l'activité grippale soit trop élevée. Si vous n'avez pas été vacciné cet automne et que vous faites partie des groupes plus vulnérables au virus de la grippe, il est encore temps de recevoir le vaccin antigrippal, et ce, gratuitement.

Vous pouvez prendre rendez-vous en appelant au CLSC de votre territoire. La liste complète des numéros de téléphone se retrouve à la fin de ce communiqué ainsi que sur le site Internet du CISSS de l'Abitibi-Témiscamingue au [www.sante-abitibi-temiscamingue.gouv.qc.ca](http://www.sante-abitibi-temiscamingue.gouv.qc.ca) (rubrique Actualités).

### Pourquoi se faire vacciner?

La grippe n'est pas une infection banale. Elle peut entraîner des complications graves (hospitalisation, décès), particulièrement chez les personnes plus vulnérables, comme :

- les enfants de 6 à 23 mois;
- les personnes âgées de 60 ans et plus;
- les adultes et enfants ayant des maladies chroniques, notamment le cancer, le diabète, etc.

Il est important, particulièrement pour ces personnes, de se faire vacciner pour se protéger.

La grippe et les autres virus respiratoires peuvent se transmettre rapidement d'une personne à une autre par contact direct avec les sécrétions du nez ou de la gorge d'une personne infectée (en l'embrassant, par exemple), ou lorsque l'on porte la main à son nez, à sa bouche ou à ses yeux après avoir touché des objets contaminés (par exemple la main d'une personne infectée).

En plus de recevoir le vaccin antigrippal, vous pouvez contribuer à réduire le risque de transmission de la grippe par de simples mesures, comme :

- se laver les mains souvent et éviter de se toucher le nez, les yeux ou la bouche;
- se couvrir la bouche et le nez lorsque l'on éternue ou que l'on tousse;
- nettoyer souvent son environnement immédiat;
- s'abstenir de rendre visite à des personnes vulnérables lorsqu'on est soi-même malade.

**Prendre rendez-vous pour recevoir le vaccin contre la grippe**

<p><b>MRC D'ABITIBI</b></p>	<p><b>MRC D'ABITIBI-OUEST</b></p>
<p><b>Amos et localités environnantes</b> Prendre rendez-vous en ligne sur le site Web monvaccin.ca ou par téléphone au 819 727-4600</p>	<p><b>La Sarre</b> 819 333-2311, poste 2545</p> <p><b>Duparquet – Palmarolle</b> 819 787-2216, poste 233</p> <p><b>Normétal – Dupuy</b> 819 783-2856, poste 21</p> <p><b>Macamic – Taschereau</b> 819 782-4661, poste 3222</p>
<p><b>MRC DU TÉMISCAMINGUE</b></p>	<p><b>MRC DE LA VALLÉE-DE-L'OR</b></p>
<p><b>Ville-Marie et localités environnantes</b> 819 629-2420, poste 4170</p> <p><b>Témiscaming-Kipawa</b> 819 627-3385, poste 1202</p>	<p><b>Val-d'Or - Malartic</b> 819 825-5858, poste 5200</p> <p><b>Senneterre</b> 819 825-5858, poste 6121</p>
<p><b>VILLE DE ROUYN-NORANDA</b></p>	
<p><b>Secteur urbain et quartiers ruraux</b> 819 762-8144</p>	

**Source :** *Krystina Sawyer*  
Adjointe au PDG - relations médias  
CISSS de l'Abitibi-Témiscamingue

**Pour entrevue :** *Renée Labonne*  
Direction des ressources humaines,  
des communications et des affaires  
juridiques  
819 825-5858, poste 2509