

# Communiqué de presse

Pour diffusion immédiate

## Les fêtes approchent Protégez-vous contre la propagation des virus

---

**Joliette, lundi 19 décembre 2016** - Les fêtes et les rassemblements familiaux et sociaux approchent. Dans ce contexte, la Direction de santé publique du Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) de Lanaudière désire vous rappeler les mesures préventives à prendre afin d'éviter que se propagent des virus, notamment, ceux de la grippe et de la gastro-entérite.

### Des gestes simples pour éviter bien des désagréments

Se laver les mains régulièrement est un geste simple et efficace pour réduire la propagation des virus. Cette mesure d'hygiène, valable toute l'année, l'est particulièrement durant le temps des fêtes, alors que les rencontres et les échanges avec nos proches se multiplient.

Pour les personnes plus vulnérables, la Direction de santé publique rappelle que le vaccin contre la grippe demeure le meilleur moyen pour se protéger contre cette maladie. Il peut aussi contribuer à diminuer le risque d'hospitalisation ou de décès. Le vaccin est toujours disponible et est gratuit pour les clientèles suivantes :

- Enfants de 6 à 23 mois
- Femmes enceintes aux 2<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> trimestres de grossesse
- Personnes âgées de 2 à 60 ans ayant une maladie chronique (incluant les femmes enceintes quel que soit le stade de la grossesse)
- Personnes de 60 ans ou plus

Le vaccin est également offert gratuitement à leur entourage, aux parents de bébés de moins de six mois, ainsi qu'aux travailleurs de la santé.

Si ce n'est déjà fait, les personnes ciblées peuvent toujours prendre rendez-vous afin d'obtenir le vaccin contre la grippe :

- **Par téléphone** : Du lundi au vendredi, de 8 h 30 à 16 h 30, en composant le :  
**450 755-3737** ou le **1 855 755-3737**
- **Par Internet** : Sur [www.monvaccin.ca](http://www.monvaccin.ca)

Enfin, pour prévenir les éclosions en milieux de soins, il faut éviter d'aller visiter un proche à l'hôpital ou en centre d'hébergement lorsqu'on présente des symptômes de grippe ou de gastro-entérite.

### Pour en savoir davantage

Le Portail santé mieux-être du gouvernement du Québec ([www.sante.gouv.qc.ca](http://www.sante.gouv.qc.ca)) met à la disposition de la population de l'information lui permettant d'évaluer s'il est nécessaire de consulter et, si cela s'avère nécessaire, de trouver les ressources de première ligne disponibles, avec ou sans rendez-vous, à proximité de chez elle. À cet égard, la Direction de santé publique souligne que pour les personnes en bonne santé, la grippe, comme la gastro-entérite, se soignent à la maison.

Cela dit, il demeure important de surveiller l'évolution des symptômes, surtout pour les personnes à risque. N'hésitez pas à utiliser le service gratuit Info Santé 8-1-1, accessible durant la période des fêtes, comme le reste de l'année, soit 24 heures par jour, 7 jours par semaine.

**Source :** Centre intégré de santé et de services sociaux de Lanaudière

**Renseignements :** Pascale Lamy  
Adjointe au PDG- relations publiques / Chef du Service des  
communications par intérim  
Centre intégré de santé et de services sociaux de Lanaudière  
Téléphone : 450 759-5333, poste 2685  
[pascale.lamy@ssss.gouv.qc.ca](mailto:pascale.lamy@ssss.gouv.qc.ca)