

# 1 A PROPOS DES POUSSÉES ÉPIDÉMIQUES DE GRIPPE





# A PROPOS DES POUSSÉES ÉPIDÉMIQUES DE GRIPPE

## QUESTIONS DE DISCUSSION

Que voyez-vous dans ces images?

Avez-vous vu des symptômes semblables au sein de votre famille ou de votre communauté?

## POINTS PRINCIPAUX

- Ces gens ont la grippe, qui est un virus, dû à une poussée épidémique dans leur communauté.
- Les symptômes d'une grippe ordinaire sont la toux, les éternuements, le nez qui coule, les maux de tête, la fièvre, la fatigue et les douleurs corporelles. Pendant une poussée pandémique de grippe, ces symptômes peuvent être plus sévères.
- Une poussée épidémique peut mener aux maladies graves et même à la mort.
- Une poussée épidémique est particulièrement dangereuse pour les personnes âgées, les femmes enceintes et les enfants de moins de 5 ans d'âge, car ceux-ci possèdent des niveaux d'immunité réduits.
- La grippe peut se transmettre à chaque fois que l'on est en proche proximité physique de personnes qui ont le virus, surtout lorsqu'ils parlent, toussent, éternuent ou crachent.
- La grippe peut aussi se transmettre en touchant des surfaces touchées par des personnes malades et en se touchant ensuite les yeux, le nez ou la bouche.

## QUESTIONS POUR RÉSUMER

Pourquoi une poussée pandémique de grippe peut-elle être plus dangereuse que la grippe ordinaire?

***Les poussées pandémiques de grippe peuvent causer des maladies graves et même mener à la mort.***



# 2 LAVEZ-VOUS LES



# 2

# LAVEZ-VOUS LES

## QUESTIONS DE DISCUSSION

Que voyez-vous dans ces images?

Quand est-ce que vous vous lavez les mains?

Comment est-ce que vous vous lavez les mains?

## PUNTOS PRINCIPALES

- Se laver les mains avec du savon et de l'eau enlève les microbes qui causent la grippe ordinaire et la grippe pandémique.
- On doit se laver les mains en utilisant le savon et de l'eau.
- Si vous n'utilisez pas le savon, les microbes ne seront pas éliminés.
- Lavez-vous les mains avec du savon et de l'eau à des moments clés:
  - Avant et après la préparation de la nourriture
  - Avant et après avoir mangé
  - Avant et après avoir donné des soins à une personne malade de la grippe
  - Après avoir éternué, toussé ou après vous être mouché

## QUESTIONS POUR RÉSUMER

Quels sont les avantages de se laver les mains avec de l'eau et du savon?

Quelles difficultés pourrait-il y avoir à se laver les mains avec de l'eau et du savon aux moments clés?

Quelles solutions pourrait-il y avoir?

***Lavez-vous les mains avec du savon et de l'eau aux moments clés!***

**3**

# COUVREZ VOUS LA BOUCHE ET LE NEZ QUAND VOUS TOUSSEZ OU ÉTERNUEZ



# 3

# COUVREZ VOUS LA BOUCHE ET LE NEZ QUAND VOUS TOUSSEZ OU ÉTERNUEZ

## QUESTIONS DE DISCUSSION

Que voyez-vous dans ces images?

Est-ce qu'il est courant dans votre communauté de se couvrir la bouche et le nez quand vous toussiez ou éternuez?

Lorsque vous toussiez ou éternuez, est-ce que vous vous couvrez la bouche?  
Le nez?

## POINTS PRINCIPAUX

- Lorsque les gens toussent ou éternuent, les microbes se répandent dans l'air.
- Évitez de cracher en public, car cela aussi répand les microbes.
- Couvrez-vous la bouche et le nez avec un mouchoir ou un papier-mouchoir afin d'éviter de propager la grippe.
- Si vous n'avez pas de mouchoir ou de papier-mouchoir, servez-vous du creux de votre coude pour couvrir votre toux ou votre éternuement.
- Pour éviter de répandre la grippe:
  - Jetez les mouchoirs dans une poubelle
  - Lavez votre mouchoir en tissu avec du savon et de l'eau tous les jours
  - Lavez-vous les mains avec du savon et de l'eau après avoir toussé ou éternué

## QUESTIONS POUR RÉSUMER

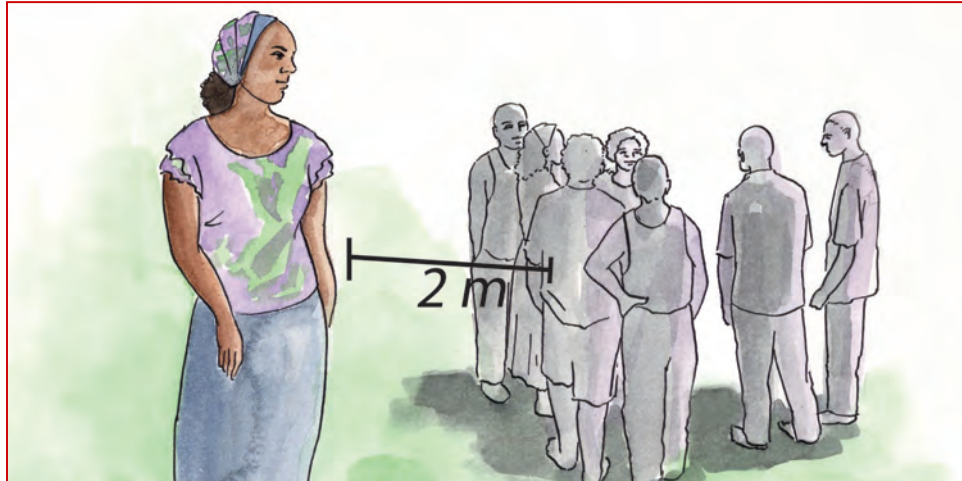
Quels sont les avantages de se couvrir la bouche et le nez quand vous toussiez ou éternuez?

Quelles difficultés pourriez-vous rencontrer à vous couvrir la bouche et le nez quand vous toussiez ou éternuez?

Quelles solutions pourrait-il y avoir?

***Si vous n'avez pas de mouchoir ou de papier-mouchoir,  
servez-vous du creux de votre coude!***

# 4 SI VOUS ETES MALADE, RESTEZ A LA MAISON



# 4

# SI VOUS ETES MALADE, RESTEZ A LA MAISON

## QUESTIONS DE DISCUSSION

Que voyez-vous dans ces images?

Qu'est-ce que vous faites dans votre communauté lorsqu'il y a une poussée d'une maladie?

## POINTS PRINCIPAUX

- La grippe se répand par le contacte proche avec une personne déjà infectée.
- La grippe se répand facilement dans les endroits où il y a beaucoup de gens en proximité, tel les marchés, les écoles, les lieux de culte et les rassemblements sociaux.
- Les responsables de santé informeront les gens de la communauté lorsqu'ils devraient:
  - Rester chez eux au lieu d'aller à l'école ou au travail
  - Eviter les rassemblements publics
  - Faire une réserve de nourriture et de matériels d'urgence
  - Retourner sur la place publique
- Si nécessaire, seule une personne dans la famille devrait régulièrement aller au marché.
- Les personnes âgées, les femmes enceintes, les enfants de moins de 5 ans et ceux avec une maladie chronique (telle que la tuberculose et le VIH/SIDA) peuvent éprouver une maladie plus sévère associée à la grippe.
- Garder une distance de 2 mètres avec les autres personnes, surtout lorsqu'elles sont malades.

## QUESTIONS POUR RÉSUMER

Quels sont les avantages de rester à la maison pendant une poussée de la grippe?

Quelles seraient les difficultés à rester à la maison pendant une poussée de la grippe?

Quelles solutions pourrait-il y avoir?

***Si vous êtes malade, évitez les rassemblement publiques!***



5

# NE DÉSIGNEZ QU' UN SEUL MEMBRE DE LA FAMILLE COMME SOIGNANT



# 5

# NE DÉSIGNEZ QU' UN SEUL MEMBRE DE LA FAMILLE COMME SOIGNANT

## QUESTIONS DE DISCUSSION

Que voyez-vous dans ces images?

Est-ce qu'il est courant dans votre communauté de désigner un seul soignant pour une personne malade?

## POINTS PRINCIPAUX

- Soignez les malades à la maison soit parce qu'il est probable que les services de santé ne puissent pas faire face à la demande pendant une poussée pandémique de grippe.
- Ne désignez qu' un seul membre de la famille comme soignant pour les membres de famille malades afin d'éviter que les autres membres du foyer ne soient exposés au virus de la grippe.
- Le malade devrait porter un masque ou un mouchoir afin d'aider à prévenir la propagation de la maladie.
- Portez un masque et un mouchoir sur la bouche et le nez lorsque vous êtes à proximité de la personne malade afin d'éviter de contracter la grippe.
- Limitez le nombre de visiteurs chez le malade afin d'évitez de leur transmettre la grippe.
- Essayez d'assurer des ustensiles et le linge (serviettes, draps et couvertures) au seul usage du malade, et assurez qu'ils ne soient pas utilisés par d'autres membres de la famille ou du foyer.
- Ceux qui ont des complications sévères de la grippe devraient chercher des soins dans des services de santé, si possible. Des complications sévères inclure des difficultés de respiration ou des douleurs de la poitrine.

## QUESTIONS POUR RÉSUMER

Quels sont les avantages de n'avoir qu' un seul membre de la famille à servir de soignant pour le membre malade?

Quelles difficultés pourraient résulter lorsqu'une seule personne devient le soignant pour le malade?

Quelles solutions voyez-vous?

***Quels sont les avantages de n'avoir qu' un seul membre de la famille à servir de soignant pour le membre malade!***

# 6 RÉTABLISSEZ-VOUS DANS UN ESPACE SÉPARÉ



# 6

# RÉTABLISSEZ-VOUS DANS UN ESPACE SÉPARÉ

## QUESTIONS DE DISCUSSION

Que voyez-vous dans ces images?

Est-ce qu'il est courant dans votre communauté de soigner un malade dans un espace séparé?

## POINTS PRINCIPAUX

- Gardez à la maison les membres de la famille malades dès la manifestation des symptômes et jusqu'à ce que les malades se rétablissent pleinement à moins qu'ils ne développent des complications et doivent alors chercher des soins de la part d'un médecin. Les complications sévères peuvent inclure des difficultés de respiration ou des douleurs de la poitrine.
- Si vous êtes malade de la grippe, évitez le contact proche avec les autres membres du foyer et de la communauté.
- Créez un espace séparé pour soigner le malade.
- Seule une personne dans la famille doit soigner le malade.
- Lavez les ustensiles pour boire et manger après utilisation par le malade.
- Gardez le malade dans un espace séparé jusqu'à sa guérison.
- Ouvrez-vous la bouche et le nez en présence des autres quand vous êtes malade de la grippe

## QUESTIONS POUR RÉSUMER

Pourquoi est-il important de créer un espace séparé pour soigner le malade?

Quelles difficultés pourrait-il y avoir à créer un espace séparé pour soigner le malade?

Quelles solutions pourrait-il y avoir?

***Créez un espace séparé pour le malade!***