



Date : 10/07/2009
Contact : Commissariat interministériel Influenza
E-mail : info@influenza.be
Tel :
Fax :

Concerne : grippe A/H1N1 & camps des mouvements de jeunesse

Chers chefs, chères cheftaines,

Suite à l'épidémie de grippe A/H1N1 qui sévit depuis plusieurs mois, il est important de suivre ces recommandations pour que votre camp se déroule le plus paisiblement possible.

CHECK-LIST AVANT LE DÉPART :

- J'ai un ou plusieurs thermomètres dans ma trousse de secours.
- J'ai le numéro de téléphone et l'adresse du médecin du village.
- J'ai le numéro de téléphone et l'adresse de l'hôpital le plus proche.
- Je connais l'adresse de la pharmacie la plus proche.
- Je connais le moyen le plus rapide pour me rendre chez le médecin ou à l'hôpital.
- Tous les membres du staff savent ce qu'il faut faire s'ils suspectent un cas de grippe.
- Le premier jour du camp, j'informe tous les enfants sur les précautions d'hygiène à respecter.
- Je veille doublement à ce que les enfants se lavent régulièrement les mains avec du savon, surtout après leur passage aux toilettes.
- Je désigne une personne qui sera l'infirmier(e) du camp.

PRÉCAUTIONS D'HYGIÈNES À RESPECTER ET À EXPLIQUER AUX ENFANTS :

- Lavez-vous les mains régulièrement avec du savon :

En vous lavant les mains, vous vous protégez contre tout contact, direct et indirect, avec le virus de la grippe.

- Couvrez-vous la bouche et le nez avec un mouchoir en papier lorsque vous éternuez.

Les gouttelettes sont projetées sur une courte distance, de sorte que les personnes les plus susceptibles d'être infectées sont celles situées à proximité de personnes infectées qui toussent ou éternuent sans se couvrir la bouche ou le nez.

- Débarrassez-vous de vos mouchoirs à la poubelle.

Le virus de la grippe peut survivre temporairement hors de l'organisme. Il peut donc aussi être transmis par des objets inanimés récemment contaminés tels que des mouchoirs. Il est donc important de toujours jeter les mouchoirs utilisés dans une poubelle.

- En l'absence de mouchoir, couvrez-vous la bouche et le nez.

Si vous n'avez pas de mouchoir, placez votre main sur votre bouche et votre nez lorsque vous éternuez ou que vous toussiez. Cela aidera à éviter la propagation du virus. Lavez-vous ensuite directement les mains.

- Si vous êtes malade, évitez les contacts proches.

L'enfant malade doit bien respecter les mesures d'hygiène pour éviter que la grippe ne se propage.

LES SYMPTÔMES DE LA MALADIE :

- Fièvre > à 38°C
- Courbatures (douleurs articulaires et/ou musculaires), maux de tête
- Toux
- Diarrhée, vomissements
- Malaise général.

CAUSES ET TRANSMISSION DE LA GRIPPE A/H1N1 :

La grippe A/H1N1 est causée par un virus qui contamine le système respiratoire (nez, gorge, bronches et parfois les poumons). Le virus se transmet principalement par voix aérienne contenant des gouttelettes de salive émises lors de la toux ou de l'éternuement. Les gouttelettes qui se déplacent dans l'air peuvent donc contaminer une personne directement. Par ailleurs, la contamination peut aussi se produire si une personne touche un objet contaminé et qu'elle touche ensuite ses yeux, son nez ou sa bouche. Les postillons sont aussi transmis par les mains en se cachant la bouche lors de la toux. L'infection peut durer plus d'une semaine et se limiter à quelques symptômes ; mais elle peut aussi engendrer des complications. Attention ! Le risque de contamination est plus élevé dans un endroit fermé ou à l'intérieur. Dès lors, le risque est plus bas lorsqu'on se trouve en plein air !

UN DES ENFANTS A ATTRAPÉ LA GRIPPE ?

- Isolez l'enfant qui présente des symptômes suspects, veillez à ce qu'il ne joue plus avec les autres pour diminuer le risque de contamination.
- Ne courez pas à l'hôpital. C'est le médecin qui se déplacera sur place.
- Prenez contact rapidement avec le médecin qui vous guidera dans les démarches à suivre.
- Et n'oubliez surtout pas de respecter les règles d'hygiène de base.

L'application de ces simples recommandations pourra vous aider à gérer au mieux la situation. Pour toutes vos questions sur la grippe, contactez le call center au 0800/99.777 ou consultez le site www.influenza.be. En espérant que vous passiez d'excellents moments pendant le camp, je vous prie d'agréer l'expression de ma considération distinguée.



Pr Marc Van Ranst, Commissaire interministériel Influenza