

## Se faire vacciner : c'est simple et en 3 étapes

1



A l'occasion d'une visite chez votre médecin traitant, remettez-lui la prise en charge jointe à votre courrier d'invitation : il vous prescrira le vaccin s'il l'estime nécessaire

2



Présentez la prise en charge au pharmacien qui vous délivrera le vaccin, sans avance de frais

3



Vous pouvez vous faire vacciner par votre médecin traitant ou une infirmière

Sur le site internet  
[www.cavimac.fr](http://www.cavimac.fr)

Vous pouvez :

- Consulter l'ensemble des informations dédiées aux collectivités religieuses et aux assurés
- Connaître toutes les actualités du régime social des cultes
- Accéder aux services en ligne à partir des espaces personnels réservés à chaque collectivité « Mon compte collectivité » et à chaque assuré « Mon compte assuré »



Le Tryalis  
9, rue de Rosny  
93100 Montreuil  
01 41 58 45 45

Accueil physique et permanence téléphonique du lundi  
au vendredi **de 9h à 17h.**

Septembre 2018 - Conception : Service Communication - Crédits : Shutterstock, Noun Project

# Ne laissons pas la grippe nous gâcher l'hiver



## La grippe, une maladie à prendre au sérieux

La grippe est une infection respiratoire virale contagieuse. Ses premiers signes [fièvre élevée, frissons, fatigue intense, courbatures] sont souvent associés à une atteinte des voies respiratoires [toux, mal de gorge, nez qui coule].



Chez les personnes de plus de 65 ans et les personnes porteuses de maladies chroniques [asthme, diabète, insuffisance cardiaque, insuffisance respiratoire] quel que soit leur âge, la grippe peut entraîner des complications graves, parfois mortelles.

La majorité des personnes atteintes de complications liées à la grippe et qui doivent être hospitalisées en réanimation, ne sont pas vaccinées et présentent un facteur de risque de grippe compliquée.

La mortalité touche essentiellement les personnes âgées qui décèdent d'infections pulmonaires bactériennes ou de complications liées au virus de la grippe.

## Bon à savoir

Les antibiotiques sont totalement inefficaces pour traiter la grippe.

Ils sont utilisés uniquement en cas de complications bactériennes.

## Se faire vacciner c'est se protéger et protéger son entourage



**En plus de la campagne nationale destinée à la population âgée de 65 ans et plus, ou souffrant de maladies chroniques, la Cavimac propose à tous ses assurés âgés de 60 à 64 ans inclus, et quelque soit leur état de santé, de prendre en charge leur vaccination anti-grippale tous les ans à 100% et sans avance de frais.**

En effet, la vaccination reste le meilleur moyen d'éviter la propagation du virus de la grippe.

Mais l'immunité procurée n'est pas définitive car les virus de la grippe sont soumis à des variations génétiques : on parle alors de « grippe saisonnière ».

La vaccination doit donc être renouvelée tous les ans.



**Si vous voulez vous faire vacciner ou si vous avez des questions sur la vaccination antigrippale, n'hésitez pas à en parler avec votre médecin traitant !**

## Quand se faire vacciner ?



Il est recommandé de se faire vacciner dès la mise à disposition du vaccin dans les pharmacies [octobre].

Il faut compter environ 15 jours entre le moment de la vaccination et le moment où l'on est protégé : c'est le temps nécessaire pour que le système immunitaire réagisse au vaccin.

## Bon à savoir

La grippe se transmet essentiellement par les mains et les postillons [toux, éternuements].

Pour limiter les risques de transmission :

- Couvrez-vous la bouche dès que vous toussiez ou éternuez
- Lavez-vous les mains à l'eau et au savon [à défaut avec un gel hydro-alcoolique] plusieurs fois par jour
- Utilisez des mouchoirs en papier, à jeter après chaque utilisation
- Evitez les contacts avec les personnes malades