

La COVID-19 et la Vaccination

Un guide pour les parents/les tuteurs et leurs enfants



Avant de commencer...

Ce livret sert à informer les parents et les enfants sur la COVID-19 et l'importance des vaccins

AUX PARENTS/TUTEURS:

Parcourez ce livret avec votre enfant. Lisez à voix haute les informations à tour de rôle et faites les exercices ensemble. Si vous ou votre enfant avez des questions, visitez le wesparkhealth.com.

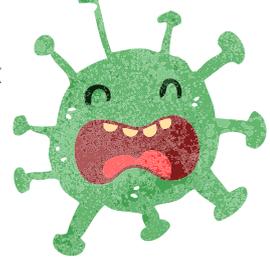
AUX ENFANTS:

DEMANDE à un parent/un tuteur de regarder ce livret avec toi. Ne sois pas gêné de poser des questions !



Qu'est-ce qu'un virus ?

Les virus sont des envahisseurs de notre corps qui sont dangereux parce qu'ils peuvent interrompre les fonctions normales de notre corps. Ils se reproduisent, nous rendent malades et causent des symptômes comme le nez bouché, la toux, la fièvre, etc.



Est-ce qu'ils sont dangereux ?

Ils peuvent être dangereux, parce que les virus qui causent les maladies se reproduisent très rapidement, plus rapidement que notre système immunitaire n'est capable de nous protéger.

Qu'est-ce que le coronavirus ?

Le coronavirus est une famille de virus qui nous rendent malades. La COVID-19 est une nouvelle maladie qui peut causer de la toux, de la fièvre, de l'essoufflement et plusieurs autres symptômes. Pour certaines personnes, cela peut mener à des problèmes plus sérieux.

Comment me protéger de la COVID-19 ?



JE ME LAVE
LES MAINS



JE PORTE UN
MASQUE



JE RESTE À 2 MÈTRES DES
AUTRES PERSONNES

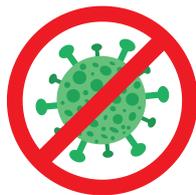
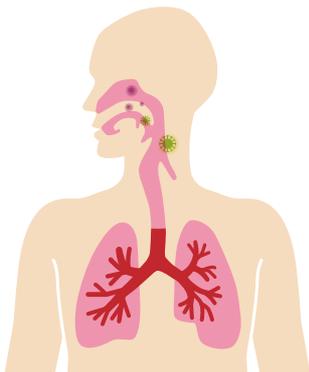


JE ME FAIS
VACCINER

Qu'est-ce que le vaccin fait ?

Le vaccin aide notre corps à combattre les envahisseurs comme les virus et les bactéries qui nous rendent malades.

Il y a des vaccins contre plusieurs envahisseurs, comme la variole, la grippe et la COVID-19.



Les vaccins nous ont aidés à prévenir les épidémies de plusieurs maladies. S'il y a assez de personnes qui se font vacciner contre la COVID-19, nous pourrions être capables d'atteindre « l'immunité collective ».



Cela veut dire qu'il y aura assez de personnes qui seront immunisées contre le virus pour que sa propagation diminue beaucoup.

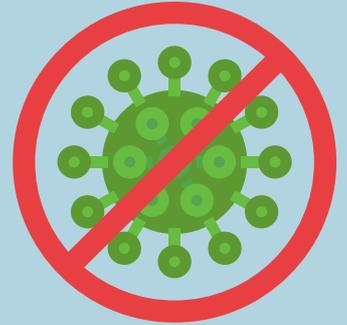
À bas les mythes !

Il y a plusieurs mythes sur la COVID-19 et le vaccin. Examinons quelques mythes communs.



Mythe : Le vaccin donne la COVID-19

Le vaccin n'utilise pas un virus vivant de COVID-19. Il montre simplement à notre système immunitaire à reconnaître les parties du virus pour que notre corps soit mieux protégé contre la COVID-19.



Mythe : le vaccin change ton ADN

L'ADN est notre matériel génétique. Il est situé dans le noyau de nos cellules. Le vaccin n'entre pas dans le noyau et ne peut donc pas affecter nos gènes.



Mythe : Le vaccin n'est pas sécuritaire

Les vaccins contre la COVID-19 ont été développés rapidement, mais ils ont été testés pour leur sécurité comme les autres vaccins. Ils ont été créés rapidement, parce que la technologie utilisée a été développée pendant plus de 20 ans.



Mythe : Tu n'as pas besoin d'être vacciné si tu as déjà eu la COVID-19

C'est possible d'avoir une infection de COVID-19 plusieurs fois : cela s'appelle une réinfection. Le virus change constamment, ce qui mène à de nouveaux variants. Les variants sont des nouvelles copies du virus qui peuvent augmenter tes chances de réinfections. Pour être en sécurité, c'est mieux de te faire vacciner.

Pourquoi tu devrais te faire vacciner ?

Certaines personnes choisissent de ne pas se faire vacciner. Cela ne veut pas dire qu'elles vont avoir la COVID-19, mais elles courent un risque de complications de la maladie beaucoup plus grand si elles ont la COVID-19 que les personnes vaccinées.

Voici trois raisons pour lesquelles tu devrais te faire vacciner :

1. Pour aller à l'école

Ce ne sont pas tous tes camarades de classe qui seront vaccinés. C'est difficile d'avoir une distance physique en classe, alors les germes peuvent se répandre facilement. Le vaccin te gardera, avec tes camarades et tes enseignants, en sécurité pour que tu puisses continuer d'apprendre.



2. Pour partir en vacances

Plusieurs sites de vacances sont pleins de gens. Être avec des gens que tu ne connais pas est un risque, parce que tu ne sais pas s'ils ont la COVID-19. Le vaccin est la meilleure défense contre les symptômes de la COVID-19, pour que tu puisses profiter de tes vacances!



3. Pour visiter ta famille

Si tu n'es pas vacciné, ta famille court un risque plus élevé d'avoir la COVID-19. Cela est dangereux pour les membres de la famille qui ont un système immunitaire plus faible, comme les grands-parents. Fais-toi vacciner et garde ta famille en sécurité !



Peux-tu trouver trois autres raisons pourquoi il est important de se faire vacciner ?

Écris tes raisons ci-dessous avec une explication.

4.

5.

6.



Mon journal de vaccination

NOM:

DATE:

Sur une échelle de 1 à 10, quel est ton niveau de confiance avant de te faire vacciner ?

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Pas confiant



Très confiant

Remplis ceci après ta vaccination !

Date du vaccin :

Lieu de la vaccination :

Type de vaccin :

**Je me suis fait vacciner
parce que :**

**Après mon vaccin je
me sens :**



Étapes pour vacciner votre enfant

(POUR LES PARENTS)



1. Parlez du vaccin contre la COVID-19 avec votre enfant.

Utilisez un langage approprié pour son âge et parlez-lui des effets positifs de la vaccination.



2. Réservez son rendez-vous en ligne.

Visitez le site Internet de votre unité de santé publique pour des informations actuelles sur la réservation de vaccination.



3. Préparez votre enfant pour ce qui va se passer.

Dites-lui ce qui va se passer au rendez-vous et répondez à ses questions



4. Arrivez préparés.

Apportez un masque et un objet réconfortant pour votre enfant.

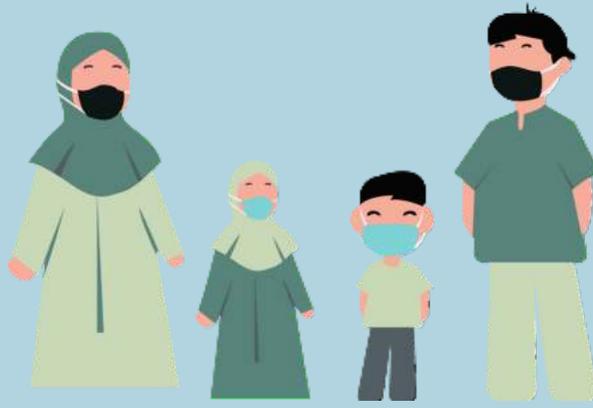
5. Utilisez des stratégies d'adaptation.

Pendant le rendez-vous, utilisez des exercices de respiration ou une distraction comme un jouet préféré, pour encourager une expérience positive.

6. Récompensez votre enfant.

Après le rendez-vous, récompensez ses efforts avec une gâterie ou une petite récompense.





Voulez-vous en savoir plus ?

Visitez le site wesparkhealth.com



Ce livret a été créé dans le cadre du projet Développer la confiance dans les vaccins, par l'étudiante bénévole Moneeza Sami. Contributions de : Nellie Bordignon



Financial contribution from
Avec le financement de

Public Health Agency of Canada Agence de la santé publique du Canada