

Bilten Lasante ak Anviwònman (DPSPE)

Moustik

pote deng,

chikungunya ak malarya

Aprè lapli, moustik peple anpil e yo vinn pi plis. Yo bay gwo maladi tankou fièv deng, chikungunya, ak malarya.

Dlo sal kale moustik

Pou evite yo:

- Vide tout dlo ki kapab rete nan resipyan
- Dòmi anba moustikè
- Mete rad long ki kouvri kò w nan aswè.
- Netwaye lakou ak kanal yo

SONJE:

Chak vesò vid kew elimine se yon maladi ke ou evite.

Grip



Grip ak maladi respiratwa

Tan lapli, imidite ak tan frèt bay grip fasil.

Sa pou w fè :

1

•Touse nan koud ou

2

•Fè lè sikile nan kay la

3

Ale lopital, oswa sant sante si lafyèv la dire plis pase twa jou.

•Repoze kò ou, bwè anpil dlo, manje bon manje ki sen e ekilibre

MINISTÈ SANTE PIBLIK AK POPILASYON (MSPP)

OCTOBRE 2025



TÈM : SEZON LAPLI, SEZONVIJILANS : ANN PWOTEJE LASANTEAK ANVIWÒNMAN NOU

Lapli ap tonbe, e ak li vini anpil risk : kolera, grip, moustik, asmatik ou opresyon, dlo sal ak fatra. se moman pou nou pran swen tèt nou ak kominote nou.

Dlo se lavi, men li ka pote maladi tou

Dlo ki pa pwòp ka bay kolera ak dyare.

Kijan pou n pwoteje tèt nou :

- Bwè dlo bouyi oswa dlo nou trete ak klò.
- kouvri bokit ak barik dlo yo.
- Lave men w anvanw manje ak apre w sot nan twalèt.

Sa ede nou evite kolera ak dyare ak kèk lòt infection kew ka pran nan saw ap manje

Maladi kwonik ak asmatik pandan sezon lapli

Moun ki gen tansyon, dyabèt, oswa opresyon dwe fè plis atansyon

Konsèy:

1. Pou moun ki asmatik yo ou ki gen opresyon yo

- Evite pousyè ak kote ki imid
- Kenbe medikaman ak pomp yo toupre
- Pa sispann tretman yo.
- Fè kay kote yap viv la pran lè chak jou.

2. Pou moun ki fè kè, ki gen tansyon wo, e ki soufri dyabèt (sik) yo

Sa nou dwe fè

- Pa sispann pran medikaman nou
- Siveye sa nap manje yo.
- Epi kontinye swiv konsèy doktè.



Aktivite fizik, egzèsis pou ou fè menm lè lapli ap tonbe

Menm siw pa ka soti, fè kò w bouje lakay ou :

1

• Danse, fè ti egzèsis.
(Danse, sote, detire)

2

mache nan kay la, monte, desann eskalye.

3

Fè sa 30 minit chak jou sifi. Sa ap ede w kenbe fòm kò ou,

4

kontwole tansyon ak dyabèt, epi diminye estrès.

Manje byen pandan sezon lapli a

Bon manje e byen manje se bon medikaman pou kenbe ou an sante.

Konsèy :

- Manje fwi ak legim fre : papay, zoranj, chou, kawòt, epina.
- Pran soup ak labouyi pou chofe kò w.
- Bwè te natirèl : jenjanm, sitwonèl, tim.
- Evite manje lari ki ekspozè ak lapli
- Pa abize ak anpil sèl, sik ak bwason gazez.

SONJE:

Lè ou byen manje ou pran swen tèt ou an menm tan ou kenbe kò ou ansante



BILTEN LASANTE AK ANVIWÒNMAN

DIREKSYON PWOMOSYON SANTE AK PWOTEKSYON ANVIWÒNMAN



Pwòpte ak asenisman

Pwòpte se pwoteksyon. Konsa tou bon la Pwòpte se responsabilté nou tout.
Sonje debloke kanal yo ak netwaye espas nou.

Kisa pou nou fè:

- Pa jete fatra nan ravin
- Kenbe katye a pwòp
- Fè netwaye drenaj yo
- Fè netoyaj kominotè
- Ankouraje vwazen yo pou yo kenbe katye ya pwop
- Jete fatra kote li dwe ye.

SONJE:

Yon vil pwòp, yon katye pwòp egal yon kominote an sante e pwoteje.

DPSPE

Pwoteje anviwònman an

Sante moun depann de anviwònman ke nap viv la. « Kit lò gen lapli ou solèy, lasante kòmanse ak pwòpte, mouvman epi bonjan manje ». Ann rete vijilan, solidè, aktif, ann vanse ansanm, pounn sa viv pi lontan e pou yon Ayiti miyò.

Dlo, lè ak tè se trezò nou tout ansanm.
An nou pwoteje yo.

Ansanm an nou:

- Netwaye espas piblik yo.
- Pa jete plastik nan dlo
- Plante pye bwa pou pwoteje tè ya ak lè ya.
- Diminye plastik yo.

SONJE

Anviwònman pwòp se lavi pwòp.

YON TI RAPEL

- Yon jès senp
- Bon jan pwoteksyon

Lave men nou toutan





KIJAN POU NOU ALÈTE JÈN YO POU YO PWOTEJE TÈT YO PANDAN TAN LAPLI SA A?

Pwoblem aktivite seksyèl jèn yo (sitou nan peryòd yo inaktif oswa rasanbleman) rete yon gwo defi pou sante piblik (gвосès san ou pa vle, IST/VIH).

Anpil jèn vin plis aktif pandan sezon lapli a (lekòl fèmen, fèt, aktivite lwazi). Sa ogmante risk pou VIH, IST ak gвосès ki pa planifye.

MENM LÒ GEN LAPLI, OU DWE PWOTEJE TÈT OU !

Lapli, solèy, oswa van... danje IST, VIH ak gвосès san w pa vle pa janm ap dòmi.

SONJE EPI METE AN PRATIK

- Kapòt se zanmiw: se sèl pwoteksyon ki mache an menm tan kont VIH/IST ak gвосès san ou pa vle. Toujou sèvi ak li.
- Planifye lavi w : Si w aktif, pale ak yon ajan sante pou w chwazi yon metòd kontrasepsyon fyab.
- Al fè tès : Konnen kote w kanpe (estati w) se pi gwo fòs ou. Tès VIH yp gratis e konfidansyèl.



**PA JWE AK AVNI W. PRAN RESPONSABILITE W.
PWOTEJE TÈT OU AK PATNÈ W.**