

People at higher risk of serious outcomes from COVID-19 are recommended to increase their protection against COVID-19 with a spring booster dose:

- Adults 65 years of age or older
- Adults (18+) living in long-term care homes, retirement homes, or other congregate settings for seniors or individuals with complex care needs
- Indigenous adults 55 years of age or older, as well as non-Indigenous household members 55+
- Adults (18+) who are moderately to severely immunocompromised
- People who are pregnant

Anyone 5+ who has **not** received a COVID-19 booster since September 1, 2022 should get a booster dose this spring. Outside of these groups, **fall boosters (received on or after September 1, 2022) will continue to protect people throughout the spring.**

When should people in these groups get their spring booster dose?

They should get a spring booster dose at least 6 months (168 days) after their last dose (or COVID-19 infection; see below). The date of the last COVID-19 vaccine dose can be checked at ontario.ca/get-proof. Call your local Health Unit office if you cannot find a record or need help.

What if they recently had a COVID-19 infection?

The recommended interval between a COVID-19 infection and a booster dose is 6 months (168 days). Evidence shows that a longer time interval between infection and the next dose leads to longer lasting protection. Has it been less than 6 months? Talk to a health care provider.

What kind of vaccine should the spring booster dose be?

The spring booster should be a bivalent COVID-19 vaccine. Bivalent Moderna Spikevax and Pfizer Cominarty vaccines are available. These vaccines target both the original strain of COVID-19 and either the BA.1 or BA.4/5 Omicron variants.

Is the vaccine safe? Are there side effects?

Bivalent vaccines are safe for people who are older or who have serious health conditions (heart or lung problems, diabetes, high blood pressure, or a weak immune system). Those taking treatments that impact their immune systems should talk to their health care provider about when to get a booster for the best immune response.

Most side effects are mild to moderate and last 1 to 3 days. Some people get redness and swelling where they were vaccinated. Other common reactions include chills, joint pain or muscle aches, headache, and/or mild fever. Contact a health care provider if the reaction is serious OR lasts longer than 3 days.

Where can people get spring booster doses?

- Local pharmacies (*contact to confirm*)
- Health care providers (*contact to confirm*)
- Thunder Bay District Health Unit (TBDHU) vaccine clinics
 - Visit TBDHU.COM/districtvaccines or call your local Health Unit office for clinic information.
 - Anyone who cannot leave their home or requires other special accommodations should contact their local Health Unit office directly.

What if I have more questions?

Call the Provincial Vaccine Contact Centre at 1-833-943-3900.

Keeping up to date on COVID-19 vaccines is one of the most effective ways people can protect themselves, their families, and their communities against COVID-19.

Il est recommandé aux personnes présentant un risque plus élevé d'effets graves dus à COVID-19 de renforcer leur protection contre COVID-19 en recevant une dose de rappel au printemps :

- Adultes âgés de 65 ans ou plus
- Les adultes (18 ans et plus) vivant dans des maisons de soins de longue durée, des maisons de retraite ou d'autres établissements accueillant des personnes âgées ou des personnes ayant des besoins de soins complexes.
- Adultes Autochtones de 55 ans et plus, et les membres de leur ménage qui ne sont pas Autochtones, mais qui ont 55 ans ou plus
- Adultes (18+) modérément ou gravement immunodéprimés
- Les personnes enceintes

Les personnes âgées de 5 ans et plus qui **n'ont pas** reçu une dose de rappel COVID-19 depuis le 1er septembre 2022 doivent recevoir une dose de rappel au printemps. **En dehors de ces groupes, les rappels d'automne (reçus à partir du 1er septembre 2022) continueront à protéger les personnes tout au long du printemps.**

Quand les personnes appartenant à ces groupes doivent-elles recevoir leur dose de rappel au printemps ?

Elles doivent recevoir une dose de rappel au printemps au moins 6 mois (168 jours) après leur dernière dose (ou infection par COVID-19 ; voir ci-dessous). La date de la dernière dose du vaccin COVID-19 peut être vérifiée sur le site ontario.ca/obtenir-preuve. Si vous ne trouvez pas de dossier ou si vous avez besoin d'aide, appelez le bureau de santé le plus proche.

Que se passe-t-il si la personne a récemment été infectée par le virus COVID-19 ?

L'intervalle recommandé entre une infection par COVID-19 et une dose de rappel est de 6 mois (168 jours). Il est prouvé qu'un intervalle plus long entre l'infection et la dose suivante permet d'obtenir une protection plus durable. L'intervalle est inférieur à 6 mois ? Parlez-en à un professionnel de la santé.

Quel type de vaccin doit être administré lors des doses de rappel de printemps ?

La dose de rappel de printemps doit être un vaccin bivalent COVID-19. Les vaccins bivalents Moderna Spikevax et Pfizer Cominarty sont disponibles. Ces vaccins ciblent à la fois la souche originale de COVID-19 et les variantes BA.1 ou BA.4/5 Omicron.

Le vaccin est-il sûr ? Y a-t-il des effets secondaires ?

Les vaccins bivalents sont sûrs pour les personnes plus âgées ou souffrant de problèmes de santé graves (problèmes cardiaques ou pulmonaires, diabète, hypertension artérielle ou système immunitaire affaibli). Les personnes qui suivent un traitement ayant un impact sur leur système immunitaire doivent consulter leur fournisseur de soins de santé pour savoir quand faire une dose de rappel afin d'obtenir la meilleure réponse immunitaire possible.

La plupart des effets secondaires sont légers à modérés et durent de 1 à 3 jours. Certaines personnes présentent des rougeurs et des gonflements à l'endroit où elles ont été vaccinées. D'autres réactions courantes sont des frissons, des douleurs articulaires ou musculaires, des maux de tête et/ou une légère fièvre. Contactez un professionnel de la santé si la réaction est grave OU dure plus de 3 jours.

Où peut-on se procurer les doses de rappel de printemps ?

- Pharmacies locales (*appelez pour confirmer*)
- Fournisseurs de soins de santé (*appelez pour confirmer*)
- Cliniques de vaccination du bureau de santé du district de Thunder Bay (BSDTB)
 - Visitez [TBDHU.COM/districtvaccines](https://tbdhu.com/districtvaccines) ou appelez le bureau de santé le plus proche pour en savoir plus.
 - Les personnes qui ne peuvent pas quitter leur domicile ou qui ont besoin d'autres dispositions spéciales doivent contacter directement leur bureau de santé pour en savoir plus.

Et si j'ai d'autres questions ?

Appelez l'InfoCentre provincial pour la vaccination au 1-833-943-3900.

Demeurer à jour en matière de vaccins contre la COVID-19 est le meilleur moyen de se protéger, de protéger vos proches et nos communautés de la COVID-19.