



December 18, 2025

Dear Parent/Guardian,

Influenza season is here. Our goal is to protect the health of children, reduce the spread of illness and ensure you and your children are safe and healthy throughout the winter season.

In recent weeks, we have seen a significant increase in respiratory viruses and illness in our kindergartens and schools. As we spend more time indoors over the winter months, these viruses spread more easily, which may create challenges for everyone to enjoy time together. Illness can send people to hospital, disrupt learning, as well as winter activities like sports and holiday gatherings.

People of all ages can get sick with influenza, but school-aged children experience some of the highest rates of the illness. Children can get severely sick with influenza and spread it to others, even when their own symptoms are mild. This season, Alberta is already seeing an increase in respiratory virus activity and influenza-related hospitalizations, including among children and youth under 19.

In Alberta, children six months and older are encouraged to get the annual influenza vaccine. The influenza vaccine is available to you and your child free-of-charge and can protect elderly grandparents, babies under six months of age, or other family members against the serious consequences of influenza, and will help to keep children, healthy and in school.

We also want to emphasize the importance of keeping children up to date with routine immunizations. With measles circulating both internationally and here in Alberta, it is especially important that your child has received both recommended doses of the measles vaccine. If your child is missing a dose, measles vaccine is available through public health centres.

Influenza and routine childhood vaccines are widely available to all Albertans. If you have questions about how best to protect your family, please reach out to Health Link at 811 or speak with a trusted primary care provider. Appointments for children under five years of age and their families are available at Primary Care Alberta clinics. Influenza only appointments can be [booked online](#) (<https://myahsconnect.albertahealthservices.ca/MyChartPRD/openscheduling?specialty=257&mp;hidespecialtysection=1>) or by calling 811. Albertans five years of age and older can receive their influenza vaccine at a participating pharmacy, many of which accept walk-in appointments. Some physician offices also offer influenza vaccines; please contact your physician's office for details.

In addition to getting the vaccine, we encourage you and your children to take the following everyday actions to prevent the spread of respiratory viruses: stay home when feeling sick; avoid

close contact with people who are sick when possible; wash hands frequently with soap and warm water for at least 20 seconds; avoid touching your eyes, nose, or mouth with unwashed hands; when someone in the home is sick, clean and disinfect frequently-touched surfaces and items in the home. Individuals who are ill should remain home until they are feeling better and able to participate in normal activities.

Thank you for your ongoing efforts to reduce the impact of influenza in our communities. Your work helps keep families healthy and strengthens the well-being of communities across Alberta.

Regards,

A handwritten signature in blue ink, appearing to be 'V. Suttorp', with a large loop at the end.

Dr. Vivien Suttorp  
Chief Medical Officer of Health

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'S. Sookram', with a long horizontal line extending to the right.

Dr. Sunil Sookram  
Outgoing Interim Chief Medical Officer of Health

Le 18 décembre 2025

Chers parents/tuteurs,

La saison de la grippe est arrivée. Notre but est de protéger la santé des enfants, de réduire la propagation de la maladie et de veiller à ce que vous et vos enfants restiez en sécurité et en bonne santé tout au long de l'hiver.

Au cours des dernières semaines, nous avons constaté une hausse importante des cas de virus respiratoires et de maladies dans les maternelles et les écoles de la province. Comme nous passons plus de temps à l'intérieur durant les mois d'hiver, ces virus se propagent plus facilement, ce qui peut poser des défis lorsqu'on veut se rassembler. Certaines personnes doivent être hospitalisées en raison de cette infection. La maladie peut aussi perturber les apprentissages et empêcher la participation à des activités hivernales, comme les sports et les rassemblements des Fêtes.

Personne n'est à l'abri de la grippe, mais les taux de maladie les plus élevés sont souvent observés chez les enfants d'âge scolaire. Ceux-ci peuvent tomber gravement malades et transmettre la grippe à d'autres, même lorsqu'ils présentent de légers symptômes. Cette saison, l'Alberta connaît déjà une augmentation de l'activité des virus respiratoires et des hospitalisations liées à la grippe, y compris chez les enfants et les jeunes de moins de 19 ans.

En Alberta, il est recommandé que les enfants âgés de six mois et plus reçoivent le vaccin contre la grippe chaque année. Vous et vos enfants pouvez obtenir ce vaccin gratuitement. Il peut protéger les grands-parents âgés, les bébés de moins de six mois ou d'autres membres de la famille contre les conséquences graves de la grippe. Il aidera aussi à garder les enfants en bonne santé et présents à l'école.

Nous souhaitons aussi rappeler l'importance de vérifier que les vaccins de vos enfants sont à jour. Avec la rougeole qui circule tant en Alberta qu'à l'échelle internationale, il est particulièrement important que votre enfant ait reçu les deux doses recommandées du vaccin contre la rougeole. Si votre enfant n'a pas reçu une des doses, sachez que ce vaccin est offert dans les centres de santé publique.

Les vaccins contre la grippe et la vaccination de routine pour les enfants sont largement accessibles à l'ensemble de la population albertaine. Pour toute question sur la meilleure façon de protéger votre famille, communiquez avec Health Link au 811 ou consultez un fournisseur de soins primaires en qui vous avez confiance. Les enfants de moins de cinq ans et leurs familles peuvent se faire vacciner, sur rendez-vous, dans les cliniques de Primary Care Alberta. Pour obtenir uniquement le vaccin contre la grippe, vous pouvez prendre rendez-vous en ligne [ici](https://myahsconnect.albertahealthservices.ca/MyChartPRD/openscheduling?specialty=257&hidespecialtysection=1) (<https://myahsconnect.albertahealthservices.ca/MyChartPRD/openscheduling?specialty=257&hidespecialtysection=1>) ou en appelant au 811. Les personnes âgées de cinq ans et plus peuvent recevoir le vaccin contre la grippe dans les pharmacies participantes. Plusieurs d'entre elles offrent ce service sans rendez-vous. Certains cabinets de médecins offrent également le vaccin contre la grippe; veuillez communiquer avec le bureau de votre médecin pour en savoir plus.

En plus de la vaccination, nous vous encourageons, vous et vos enfants, à intégrer à votre quotidien les mesures de protection suivantes afin de prévenir la propagation des virus respiratoires : restez à la maison en cas de maladie; évitez tout contact étroit avec des personnes malades; lavez-vous les mains fréquemment avec de l'eau chaude et du savon pendant au moins 20 secondes; évitez de vous toucher les yeux, le nez ou la bouche lorsque vos mains n'ont pas été lavées; et à la maison, nettoyez et désinfectez les surfaces et les objets fréquemment touchés si une personne est malade. Les personnes malades devraient rester à la maison jusqu'à ce qu'elles se sentent mieux et soient capables de reprendre leurs activités normales.

Nous vous remercions de vos efforts continus visant à réduire l'impact de la grippe dans nos communautés. Votre travail aide à garder vos familles en santé et à renforcer le bien-être des collectivités dans l'ensemble de l'Alberta.

Cordialement,

A handwritten signature in blue ink, appearing to be 'V. Suttorp', written in a cursive style.

D<sup>re</sup> Vivien Suttorp  
Médecin hygiéniste en chef

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'S. Sookram', written in a cursive style.

D<sup>r</sup> Sunil Sookram  
Médecin hygiéniste en chef par intérim sortant