

# Professionnel de santé

## Vaccination grippe et Covid-19



**CPIas**  
Occitanie

Mai octobre 2025

### Je prends soin de moi, je me vaccine !

#### Les professionnels témoignent :



**Marie-Pierre, IDE en HAD :** « Ma première grippe m'a clouée au lit. J'étais incapable de m'occuper de mes enfants et je l'ai transmise à mon père qui a dû être hospitalisé. Depuis 15 ans, je me fais vacciner ».



**Blandine, Médecin de Santé Publique :** « Les plus âgés restent à risque de faire des formes graves, de COVID comme de grippe. Pour ceux qui n'auraient jamais été vaccinés, il ne faut pas oublier les risques de perdre le goût, l'odorat, ou de rester essoufflé/fatigué après la maladie ! Nous voyons beaucoup de jeunes dans ce cas. Si la vaccination "secoue" parfois, cela vaut bien mieux que la COVID ! »



**Sabine, IDEC en EHPAD :** « Il est important que nous soyons nombreux à être vaccinés pour développer une immunité collective et se protéger les uns les autres ».



**Christophe, Professeur de microbiologie et virologue en CHU :** « Après un rapide coup d'œil à mon carnet de vaccination électronique, cet automne je vais "fêter" ma 20<sup>ème</sup> injection de vaccin antigrippal et ma 5<sup>ème</sup> injection de vaccin anti-COVID-19. Toujours aucune appréhension en vue. J'espère encore passer un hiver sans arrêt de travail pour maladie, dans ma situation, difficile de se le permettre en période d'épidémie pour moi et vis-à-vis de mes collègues !! Plus le temps passe, et plus mon risque de complications lié à la grippe et à la COVID augmente ».



**Patricia, directrice en EHPAD et SSR :** « Je suis vaccinée contre le Covid depuis le début (5 injections à ce jour et zéro effet secondaire) et depuis que je travaille contre la grippe. Ça a été le prix de ma liberté durant la pandémie et ça protège ceux de mes proches qui sont fragiles ».

#### Professionnel, quand me faire vacciner ?

**GRIPPE et COVID :** le même jour : c'est possible et c'est plus simple !

Début de la **campagne vaccination hivernale :**

### 14 octobre 2025

**Cas particulier pour le COVID :** délai de 6 mois après la dernière infection (ou injection). Nouveau vaccin adapté au variant JN1

#### Où trouver des informations fiables sur la vaccination ?



INFOVAC



MES VACCINS.NET



VACCITANIE



VACCINATION INFOSERVICE

