

Professionnel, quand me faire vacciner ?

GRIPPE : Depuis le :

14 octobre 2025



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

Cas particulier pour le COVID : délai de 6 mois après la dernière infection (ou injection)

Où trouver des informations fiables sur la vaccination ?



INFOVAC



MES VACCINS.NET



VACCITANIE



VACCINATION INFOSERVICE



Professionnel de santé Vaccination grippe et Covid-19



Maj octobre 2025

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



CPias
Occitanie

*Nous remercions les professionnels de santé
d'Occitanie pour leur témoignage.*



Je ne veux pas être malade

Françoise, médecin coordonnateur en EHPAD : « Chaque année je me fais vaccinée contre la grippe et je n'ai jamais attrapé la grippe ».

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 ».



Christophe, virologue : « Après un rapide coup d'œil à mon carnet de vaccination électronique, cet automne je vais "fêter" ma 20^{ème} injection de vaccin antigrippal et ma 5^{ème} 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. ».

Je veux protéger mes proches, les patients et les résidents

Carole, IDE en EHPAD : « J'ai commencé à me faire vacciner quand j'ai pris mon poste en EHPAD. Des campagnes de sensibilisation à la vaccination y étaient réalisées. Je me protège, je protège mes patients et mes proches ».



Yannick, IDE en psychiatrie : « Dans le cadre de mon travail, je suis constamment en contact rapproché avec mes patients qui n'ont pas toujours la volonté ni les capacités psychiques de décider de se faire vacciner. Ma couverture vaccinale peut aider à les protéger ».

Bastien, IDE en chirurgie : « Je me vaccine car je peux être une personne vectrice et mettre en danger mon entourage proche, les personnes âgées et surtout une petite fille immunodéprimée ».



Blandine, médecin de santé publique et vaccinologue : « 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 ! ».

Elodie, IDE : « La fille de ma collègue de travail est atteinte de la mucoviscidose. Par solidarité et pour la protéger indirectement, nous nous sommes mobilisés pour la vaccination et avons été solidaires ».



Je sais que les vaccins ne peuvent pas donner la maladie



Sabine, IDEC en EHPAD : « Je me suis beaucoup documentée avant de faire mon premier vaccin contre la grippe, j'ai ainsi découvert les différents vaccins et leurs mécanisme. J'ai appris que le vaccin contre la grippe était inactivé et qu'il ne pouvait donc pas donner la grippe. Si je tombe malade juste après avoir été vaccinée, cela signifie que j'étais déjà en incubation au moment de la vaccination : la faute à pas de chance ! ».

Manon, AS : « Les vaccins ne donnent pas la maladie, ils permettent de protéger de la maladie mais aussi d'une forme grave ».



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 ».



Je sais que les vaccins ne sont pas efficaces à 100%

Sabine, IDEC en EHPAD : « C'est pour cette raison qu'il est important que nous soyons nombreux à être vaccinés pour développer une immunité collective et se protéger les uns les autres ».



Je connais les effets secondaires des vaccins



Manon et Sylvie, AS : « En cas de fièvre, de douleur dans le bras, de courbatures ou d'asthénie, il suffit de prendre du paracétamol * ».



Yannick, IDE en psychiatrie : « les effets secondaires des vaccins sont très minimes pour moi, voire inexistantes ».

**En respectant la posologie indiquée sur la notice*