



Préservez votre santé tout cet hiver

Les vaccins sont le meilleur moyen de
vous protéger, ainsi que votre famille

Keep **protected** this winter

Nous protégeons ce qui est important au quotidien.

Les ceintures de sécurité, les détecteurs de fumée et les casques de vélo, sont autant de mesures qui nous permettent de nous protéger. C'est la même chose pour la vaccination : une simple mesure permettant de vous protéger, ainsi que vos proches, contre des maladies graves.



Grâce aux vaccins, des maladies comme la variole et la polio, autrefois dévastatrices, sont dorénavant pratiquement éradiquées. Aujourd'hui, les vaccins sauvent des millions de vies chaque année.

Les vaccins ne sont pas réservés aux enfants

Nous savons pour la plupart qu'il est important de faire vacciner les enfants afin de les protéger, mais les vaccins sont tout aussi importants à mesure que nous vieillissons.

Si vous répondez aux critères requis, on pourra vous proposer des vaccins contre le zona, le VRS (un virus respiratoire), et les infections à pneumocoque (qui peuvent être à l'origine de pneumonies). Ces vaccins sont proposés à certains âges ou stades de la vie pour contribuer à prévenir la survenue de maladies graves.

Si vous êtes enceinte, il existe des vaccinations spécifiques qui sont recommandées pour vous protéger, vous et votre bébé, pendant votre grossesse.

Et chaque hiver, de nombreuses personnes se voient proposer des vaccins contre la grippe et la COVID-19 afin de rester protégées tout au long de la saison froide.

Comment puis-je savoir quand me faire vacciner ?

Votre cabinet médical vous préviendra lorsqu'il sera temps de vous faire vacciner. Il vous contactera par courrier, par SMS ou par courrier électronique. Ces vaccinations pourront parfois vous être proposées pendant un rendez-vous médical que vous aurez pris pour une autre raison.

Si vous êtes enceinte, l'équipe de votre service de maternité vous parlera des vaccins dont vous avez besoin.

Si votre enfant est scolarisé(e) dans une école primaire ou un établissement d'enseignement secondaire, il ou elle recevra ses vaccins dans ces établissements. Les parents ou les tuteurs d'enfants plus jeunes seront contactés par leur cabinet médical.

Pourquoi les vaccins hivernaux sont importants

Les virus hivernaux se propagent plus facilement pendant la saison froide, étant donné en particulier que nous passons plus de temps à l'intérieur. Ces virus peuvent vous rendre très malade et entraîner même des problèmes de santé graves qui pourraient nécessiter une hospitalisation.

En vous faisant vacciner chaque année, vous contribuez à renforcer votre protection, même si vous n'avez pas reçu ces vaccins auparavant ou si vous avez déjà été malade. Ceci, parce que votre immunité s'estompe avec le temps, et que les virus évoluent d'une année à l'autre.

En vous faisant vacciner, non seulement vous vous protégez vous-même, mais vous protégez aussi les êtres qui vous sont le plus chers.

Vaccinations hivernales (pour celles et ceux qui remplissent les critères requis)

Grippe

- Personnes enceintes
- Enfants âgés de 2 ou 3 ans au 31 août 2025 ou avant cette date
- Enfants en âge scolaire (Reception à Year 11)
- Enfants âgés de 6 mois à 17 ans souffrant d'une maladie chronique*
- Adultes âgés de 65 ans et plus
- Adultes âgés de 18 ans et plus souffrant d'une maladie chronique*
- Personnes en maisons de retraite
- Aidants et personnes qui vivent avec quelqu'un dont le système immunitaire est affaibli

COVID-19

- Adultes âgés de 75 ans et plus
- Personnes en maisons de retraite
- Personnes âgées de 6 mois à 64 ans dont le système immunitaire est affaibli*

VRS (Virus respiratoire syncytial)

Le VRS est une cause courante de toux et de rhumes, en particulier en hiver, mais il peut être grave chez les nourrissons, les personnes âgées et les personnes dont le système immunitaire est affaibli ou qui souffrent de maladies pulmonaires ou cardiaques chroniques.

Les personnes susceptibles de recevoir ces vaccins comprennent :

- Les adultes âgés de 75 à 79 ans
- Les personnes enceintes – ce vaccin est recommandé pendant chaque grossesse (à partir de 28 semaines de gestation) pour protéger votre bébé après la naissance

* Pour une liste des maladies chroniques en rapport avec chaque vaccination, ou pour en savoir plus, cherchez : NHS GM Winter vaccinations (vaccinations hivernales proposées par le NHS dans le Greater Manchester)

Où se faire vacciner ?

Grippe

Les vaccinations contre la grippe débutent le 1er septembre pour les enfants et les personnes enceintes. Pour les adultes plus âgés et pour les autres adultes, le programme débute le 1er octobre. Vous pouvez vous faire vacciner contre la grippe :

- **À votre cabinet médical**
- **Dans les pharmacies participantes (pour les personnes âgées de 18 ans ou plus).**

Les vaccins contre la grippe peuvent également être disponibles auprès de votre service de maternité, votre maison de retraite, l'établissement scolaire de votre enfant ou votre employeur (pour les professionnels de santé et les assistants sociaux de première ligne).

COVID-19

Les vaccinations contre la COVID-19 débutent le 1er octobre. Vous pouvez vous faire vacciner

- **en réservant votre vaccination en ligne auprès du National Booking Service (NBS, service national de réservation) www.nhs.uk/get-vaccination ou par le biais de l'application du NHS**
- **en appelant gratuitement le 119. Ce service inclut également l'envoi de messages textuels (18001 119) et la langue des signes britannique (BSL, British Sign Language) via SignVideo**
- **dans un centre accessible sans rendez-vous.**
Cherchez : « NHS GM Winter vaccinations » (vaccinations hivernales proposées par le NHS dans le Greater Manchester) pour trouver un centre près de chez vous
- **dans un grand nombre de pharmacies de quartier qui proposent un service sans rendez-vous.**

Si vous êtes confiné(e) chez vous, votre cabinet médical peut vous aider à organiser une visite chez vous.

VRS

Les vaccins contre le VRS sont disponibles tout au long de l'année. Si vous remplissez les conditions requises, vous pouvez vous faire vacciner :

- **si vous êtes enceinte, par l'équipe de votre service de maternité, généralement lors de votre contrôle de 28 semaines.**
- **si vous êtes âgé(e) de 75 à 79 ans, par votre médecin traitant.**



Pour de plus amples renseignements sur les vaccinations hivernales, cherchez : **NHS GM Winter vaccinations** (vaccinations hivernales proposées par le NHS dans le Greater Manchester) ou consultez

www.gmintegratedcare.org.uk/winter-vaccinations

Pour obtenir ces informations dans un autre format ou dans une autre langue, veuillez adresser un e-mail à gmhscp.gm-campaigns@nhs.net.

Toutes les informations sont correctes à la date de mise sous presse, août 2025.