

Votre Lettre d'Information Santé

Edition #3 - Été 2015

Réalisée dans le cadre du Contrat Local de Santé

Edito

Le Contrat Local de Santé (CLS) du Pays de la Touraine Côté Sud a été signé le 31 octobre 2014. Mi-2015, 26 des 33 projets sont déjà engagés, la mise en réseau et l'accompagnement des acteurs locaux sont donc en pleine croissance !

Depuis sa conception, cette démarche a été largement fédératrice car plus de 700 personnes ont été impliquées. Du diagnostic à la recherche d'actions sur mesure pour répondre aux besoins : les acteurs locaux se mobilisent pour faire vivre l'animation territoriale de santé.

Le CLS est destiné tant à la population, de tout âge, qu'aux professionnels. Quelques-actions par exemple : l'activité physique « Nagez Forme Santé », des ateliers-cuisine, le soutien à l'installation des professionnels de santé libéraux, la préfiguration de nouveaux services concertés pour les adolescents et leurs parents ou encore la Coordination en Santé Mentale.

Bonne lecture et très bel été à tous !

Gérard Hénault

Vice-Président en charge de la Santé

Pays de la Touraine Côté Sud

Le CLS en bref...

Offre et état de santé



Le **Diagnostic Local de Santé** du Sud Touraine est consultable en cliquant sur le lien suivant :

<http://www.orscentre.org/publications/observation-sanitaire/14-territoires/diagnostic-sante-territorial/137-diagnostic-local-de-sante-du-pays-touraine-cote-sud>



Quoi de neuf Docteur ?

Une étude sur l'état de santé de la population française vient de sortir !

Un court article de la Nouvelle République présente de façon simple et efficace les grandes tendances. Son titre est révélateur : « **En France, on vit mieux et plus longtemps** ». **Le site :**

<http://www.lanouvellerepublique.fr/France-Monde/Actualite/Sante/n/Contenus/Articles/2015/02/13/En-France-on-vit-mieux-et-plus-longtemps-2221014>

A vos agendas...

- **Atelier Maternité (CAF - CPAM) : Loches, le 28 septembre, 18h-20h**
Cet atelier a pour but de vous donner des informations sur le suivi de votre grossesse, des conseils pour prendre soin de votre santé et de celle de votre enfant, des explications sur vos démarches administratives.
Inscription par mail : ateliers_maternite37.caf.tours@caf.cnafmail.fr
- **Forum Bien vieillir : Ligueil, le 14 octobre, 13h30, Foyer Rural**
Evènement organisé par le CLIC SUD TOURAINE et ses partenaires, intitulé « Bien vieillir à domicile, un réseau de professionnels pour vous accompagner »
- **Ateliers du Goût : Loches et Descartes, Semaine du goût**
Venez découvrir les animations sur les marchés les mercredi, samedi et dimanche, dégustations et découvertes vous attendent les matins des 14, 17 et 18 octobre !

Vie affective et sexuelle

Le Centre de Périnatalité de Loches vous accueille... un lieu dédié à la maternité, à la sexualité et à la famille !

Le **Centre de Périnatalité** est une structure médicale du Centre Hospitalier de Loches qui assure, en collaboration avec le Conseil Départemental 37, **des consultations autour de la féminité, de la maternité, de la sexualité, de la fécondité, du couple et de la famille.** Des consultations auprès de médecin, gynécologue, sage-femme et conseillère conjugale vous sont proposées.

Les activités et missions du Centre sont les suivantes :

- Consultation de gynécologie médicale
- Consultation de gynéco-obstétrique
- Entretien de grossesse
- Préparation à la naissance (y compris en piscine)
- Soutien à l'allaitement
- Consultation d'aide au sevrage tabagique
- Consultation du post-partum
- Rééducation périnéale
- IVG médicamenteuse et instrumentale
- Entretien de conseil conjugal et familial
- Soutien à la parentalité

► Le Centre de Périnatalité accueille également :

Le Centre de Planification ou d'Education Familiale : un lieu d'accueil anonyme pour des consultations médicales et une écoute pour des questions liées à la sexualité et à la vie affective. Ces consultations sont **gratuites pour les mineurs et majeurs sans ressources.** Sa situation au sein du Centre de Périnatalité, avec la mise à distance du hall d'entrée principal de l'établissement, favorise la **discrétion et l'anonymat.**

L'Association « Stop aux Violences Sexuelles » : une première consultation permet une réorientation vers le réseau associatif afin de favoriser une prise en charge et un suivi de la personne victime de violences sexuelles.

Contact : Centre Hospitalier de Loches, 1 rue du Dr Martinais
Secrétariat ouvert de 9h à 17h, du lundi au vendredi (02.47.91.31.24).





Ensemble face au suicide... l'Equipe Mobile de prévention - Vies37

L'Equipe Mobile de prévention du suicide permet de faciliter l'accès aux soins et aux prestations sociales **des mineurs à risques « suicidaires »**.

Elle s'adresse aux **mineurs, non-suivis en psychiatrie, sans risque imminent de passage à l'acte** (sinon s'adresser aux urgences de Clocheville, Trousseau, Amboise et Loches). Chaque personne en charge du jeune au quotidien est aussi concernée.

L'équipe est contactée par **tout professionnel constatant qu'un jeune semble à risque suicidaire** (propos suicidaires directs ou rapportés, signes de mal-être). Le professionnel contacte l'équipe par téléphone ou mail.

L'équipe organise alors 1 à 3 visites au domicile du jeune, ou sur le lieu de son choix, en impliquant son entourage. Suite à la discussion avec la famille sur les difficultés et les besoins du jeune, elle met en relation les professionnels concernés, **éventuellement en transportant l'adolescent pour son premier rendez-vous**. Par la suite, elle peut conseiller et accompagner le jeune et sa famille vers la prise en charge la plus adaptée.

Elle peut éventuellement **se déplacer à la rencontre des professionnels, hors contexte d'une intervention**, afin de parler des aspects de la crise « suicidaire » et présenter en détails son fonctionnement.

Contact : 06.35.45.51.80

mail : cell.mob-ados@chu-tours.fr

Plus d'informations : <http://vies37.psrc.fr/index.php/formations/aide-aux-personnes-2/eqipmob>

Promotion de la santé... des ressources tout près de chez vous

Le centre de documentation de **l'Antenne 37 de la FRAPS** répond aux besoins d'information et de documentation en promotion de la santé des **professionnels, bénévoles, étudiants ou particuliers du département**.

Nous pouvons ainsi vous proposer :

- Des brochures et affiches en prévention pour la santé.
- Des ouvrages pour vous documenter sur un sujet de santé.
- Des jeux, expositions, DVD pour animer des séances d'éducation à la santé.

Service gratuit



CRESCEN'BASE
La Base de Données
du Réseau documentaire en éducation pour la santé du Centre

Une base de données documentaire en ligne est à votre disposition :
<http://www.frapscentre.org/crescenbase/>

► Dans le cadre du CLS, la FRAPS a signé une convention pour faciliter l'accès à ces ressources, **un point relais** est ainsi à votre service au 17 bis rue des lézards à **Loches via Camille Antigny**.



Contact :

antenne37@frapscentre.org

Adresse : 54 rue Walvein, 37000 Tours,

Tel : 02 47 25 52 83, site internet : www.frapscentre.org

► Danielle Fortin, documentaliste



Activité physique...

Entretien avec Philippe Parade, éducateur Aqua-Santé,
Nagez-Forme Santé à Loches par LAC Natation

M. PARADE, vous êtes, depuis septembre, responsable de l'activité Nagez Forme Santé pour le club LAC NATATION au Centre Aquatique Natureo de Loches. Nous aimerions mieux vous connaître et découvrir les bienfaits de cette activité.

Quel est votre parcours et la plus-value qu'il apporte à Nagez-Forma Santé ?

Nageur puis maître-nageur pendant mes études supérieures de kinésithérapeute et d'ostéopathie, j'ai entraîné au LAC NATATION, passant aussi les degrés de Brevet d'Etat puis le Diplôme d'Etat (DEJEPS) pour les activités nautiques. Entraîneur pour les catégories Masters (+ de 25 ans), je connais bien la population adulte avec ses problèmes de santé ou non.

Quels sont les avantages de Nagez-Forme Santé ?

Les avantages sont la mise à disposition d'un lieu adapté aux difficultés des malades chroniques et l'adaptation des séances. La pratique régulière améliore la qualité de vie : elle augmente la capacité cardio-respiratoire et diminue la glycémie et le surpoids.

Quels sont les retours des participants pour cette première année ?

Les retours des participants sont excellents avec déjà des pratiquants qui retournent à la piscine en dehors des séances. Ils sont satisfaits d'avoir acquis un matériel personnel à leur pratique (palmes, planches, tuba...) et le tarif est intéressant compte tenu du suivi d'un éducateur diplômé.

Quand et comment peut-on s'inscrire ?

On peut s'inscrire dès la rentrée scolaire le soir après 17 heures à la piscine Natureo dans le bureau du Club LAC NATATION situé au fond du hall d'entrée.

Les professionnels de santé peuvent-ils prescrire cette activité à leurs patients ?

Tous les professionnels de santé peuvent conseiller cette activité pour une population en difficulté avec sa mobilité, sa respiration ou encore sa confiance en soi. Les médecins remplissent, comme pour toute pratique sportive, une licence attestant la non contre-indication de la natation à leur patient. Je dois avouer que je ne connais que très peu de contre-indication à la pratique de la natation, celle-ci améliorant de beaucoup la qualité de vie et la confiance en soi.

Contact : 02 47 91 34 57 (bureau du club), entraîneur.loches.natation@gmail.com

Plus d'informations : <http://loches-natation.pagesperso-orange.fr/>

Communiquons Tous Ensemble...

Pour la prochaine Lettre Santé,

vous souhaitez transmettre une information sur la santé qui peut intéresser les habitants ou les professionnels du territoire ?

Envoyez un mail à l'adresse suivante :

cantigny.tourainecotesud@orange.fr

Directeur de Publication : Jacques Barbier, Président du Pays de la Touraine Côté Sud

Rédaction : Pays de la Touraine Côté Sud, avec le soutien des acteurs locaux et du groupe de travail Communication du CLS

Contact : Camille Antigny, Chargée de mission Santé, 02 47 91 97 62

Pays de la Touraine Côté Sud
17 bis rue des Lézards, BP 155,
37601 Loches cedex

cantigny.tourainecotesud@orange.fr
pays.tourainecotesud@wanadoo.fr