

Toulouse **Santé** *La lettre*

Les programmes de santé
font peau neuve



Jan-Fév 2024 - n°252

Aimer Vivre à Toulouse

MAIRIE DE  **TOULOUSE**

En 2024, l'accès à la santé de tous les Toulousains demeurera une de nos préoccupations majeures.

Toulouse, à l'image de très nombreux territoires de l'Hexagone, souffre des effets de la démographie médicale actuelle, marquée par une plus grande raréfaction des médecins, généralistes en particulier. Bien que les causes de cette fragilisation ne soient pas le fait de notre action, nous travaillons de manière volontariste pour proposer aux Toulousains une offre de soins pertinente.

Ainsi, nous poursuivons notre engagement en faveur de la création de maisons de santé pour regrouper différents praticiens en un lieu unique, afin d'étoffer l'offre de soins dans tous les quartiers. A Toulouse, nous sommes déjà dotés de 15 maisons de santé, et d'autres sont en projet. Nous comptons 5 centres de santé en exercice, au sein desquels les professionnels sont salariés, et également de nouveaux projets de déploiement.

Notre objectif est le maillage de l'ensemble de notre ville, avec des structures dans tous nos quartiers, au plus près du lieu de vie de chacun, pour vous faciliter l'accès aux soins.

Cet égal accès aux soins, nous le promouvons également grâce à notre mutuelle communale, en partenariat avec la Mutuelle Just, un service qui bénéficie déjà à près de 3000 personnes de 60 ans ou plus.

Le coût des prestations de santé ne devrait jamais être un frein à la consultation.

Je profite de cette Lettre pour vous souhaiter une belle année 2024.

Prenez soin de vous et de vos proches. La santé est notre priorité.

Jean-Luc MOUDENC

Maire de Toulouse

Président de Toulouse Métropole



- 3 • Nouveaux plans et programmes de santé publique
- 4 • Dry January
- 5 • La dynamique du Contrat Local de Santé Mentale de Toulouse
- 6 • Retour sur le dispositif Coupe du Monde de rugby
- 7 • Plan national santé travail
- 8 • Projet régional de santé 2023 - 2028
- 9 • Plan régional Santé Environnement en Occitanie
- 10 • Prévention du cancer du col de l'utérus
- 11/12 • Expos du numéro

4-9 • les rendez-vous
au fil du numéro

Directrice de la publication : Patricia BEZ, adjointe au maire déléguée à la santé
• Rédacteur en chef et coordination : Louis DI GUARDIA, chef de service Promotion de la Santé • Direction Solidarités et Santé 2 rue Malbec - 31000 Toulouse - Tél : 05 61 22 31 30 • Maquette et impression : Imprimerie Toulouse-Métropole • Crédits photographiques : Direction de la communication de la mairie de Toulouse : Patrice NIN, Bernard AIACH. Photo de couverture : Claude LUCCHINI. Lettre disponible sur : <https://metropole.toulouse.fr/mon-quotidien/sante-et-social/prevention-sante>. Dépôt légal à parution : ISSN 2999-0203

Nouveaux plans et programmes de santé publique

Cette année 2024 s'annonce riche en nouveaux plans et programmes de santé.

Au niveau national, une nouvelle Stratégie Nationale de Santé pour les 10 ans à venir va prochainement être publiée sur la base des recommandations du Haut Conseil de la Santé Publique (HCSP) et après consultation publique. Celle-ci met en avant des sujets comme la santé mentale, la santé environnementale... et une crise majeure de l'ensemble du système de santé et du système de soins qu'il semble nécessaire de reconstruire.

On peut aussi citer la récente stratégie interministérielle de mobilisation contre les conduites addictives 2023-2027, axée notamment sur la protection des mineurs dans les milieux familiaux et éducatifs, ou l'actuel Plan National Nutrition Santé

qui s'est achevé en 2023 et qui sera probablement renouvelé en 2024.

La fin de l'année 2023 a vu également la publication du nouveau Projet Régional de Santé (PRS) ainsi que du 4ème Plan Régional Santé-Environnement (PRSE) qui, comme vous pourrez le lire dans les pages suivantes, vont orienter la politique de santé publique en Occitanie pour la période 2023-2028.

Enfin, encore plus proche de notre quotidien, la promotion de l'activité physique et sportive est la Grande cause nationale pour 2024. « Bouge 30 minutes chaque jour ! ». Derrière cette formule, une ambition forte : encourager chaque individu, peu importe son âge ou son niveau de forme physique, à faire 30 minutes par jour d'activité physique au sens large afin de lutter contre la sédentarité.

GRANDE CAUSE NATIONALE
BOUGE!
CHAQUE JOUR ●

Toulouse, au cœur de votre santé

Dry January dans la ville

Depuis 2022, Toulouse et la Fédération Addiction sont partenaires pour décliner la campagne Dry January dans la ville.

La règle est simple : ne pas boire d'alcool à partir de l'heure de lever le 1^{er} janvier, jusqu'à la fin du mois... et c'est tout ! Il n'y a pas de bon point si on ne boit pas ni de mauvais si on boit : c'est à chacun de voir et de constater les effets de cette pause.

À l'origine une expérience britannique, le Dry January existe maintenant dans une douzaine de pays. Selon un sondage, jusqu'à un tiers des Français auraient relevé le défi en janvier 2023. Et les bénéfices sont là : faire une pause d'alcool améliore le sommeil et donne plus d'énergie, permet au foie de se reposer et d'avoir une plus belle

peau. Et cela permet aussi de faire des économies.

Mais surtout, faire une pause d'alcool c'est se confronter aux situations de la vie où on a l'habitude de boire : on est ainsi capable de repérer les verres dont on a vraiment envie et ceux que l'on prend par habitude. Le Dry January est un excellent moyen de reprendre le contrôle sur sa consommation d'alcool.

La bonne nouvelle : vous n'êtes pas seul ! En vous inscrivant sur dryjanuary.fr vous pouvez recevoir tout au long de janvier des conseils pour réussir votre défi. L'app gratuite Try Dry vous aide à suivre vos progrès. Et la ville de Toulouse met en place des actions près de chez vous. Prêt à relever le défi ?

» «Try DRY» est l'application officielle, facile à utiliser et entièrement gratuite

rendez-vous

**Jeudi 18 Janvier 2024
et Jeudi 8 février 2024**
De 17h à 19 30

**Psychiatrie de l'Enfant
et de l'Adolescent**

En Janvier :

Sur le thème « Les thérapies systémiques, une ressource dynamique dans les soins pédopsychiatriques » sera animée par Barbara BERNHEIM, Psychiatre de l'Enfant et de l'Adolescent.

En Février :

Sur le thème « Le psychotraumatisme complexe chez l'enfant et l'adolescent » sera animée par Alexis REVET, Professeur de psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent.

» CONTACTS-INFORMATIONS :

S.U.P.E.A. Hôpital Purpan

Marion GALINDO

Tél: 05 61 77 60 55

En visioconférence :

<https://univ-tlse3-fr.zoom.us/j/93895535813>

La dynamique du Conseil Local de Santé Mentale de Toulouse

Le Conseil Local de Santé Mentale (CLSM) de Toulouse a été créé en 2012 de la volonté conjointe de la Mairie de Toulouse et du Centre Hospitalier Gérard Marchant. Le diagnostic réalisé au lancement auprès d'un panel de partenaires a initié 4 thématiques de travail : déstigmatisation et information du grand public ; formation des professionnels de première ligne hors champ sanitaire ; accès à la Culture, Sports et Loisirs ; et enfin accès au logement. Dès le lancement, le CLSM de Toulouse a rassemblé usagers de la psychiatrie, familles, associations, aidants, travailleurs sociaux, professionnels de santé, établissements de soins et institutions locales qui ont ainsi développé une inter-connaissance forte et noué des partenariats. Le CLSM a mis en place des projets innovants et répondant aux besoins de terrain et a su fortement mobiliser les usagers de la psychiatrie qui y trouvent un lieu d'expression et une occasion de construction collective.

Le CLSM de Toulouse accueillera en 2024 son « coordinateur ». Ce sera ainsi l'occasion de repenser la gouvernance du CLSM mais surtout de mettre à jour le diagnostic. Sur cette nouvelle base, de nouveaux acteurs seront intégrés et des projets pourront être initiés sur de nouvelles thématiques. De opportunités d'actions seront rendues possibles grâce à une vision à la fois centrale et territoriale, permettant de travailler au plus près des habitants.

» Service Promotion de la Santé
promotionsante@mairie-toulouse.fr



Mercredi 31 Janvier 2024

Journée de sensibilisation autour de l'endométriose

L'association Biosphère, représentant les élèves du département Génie Biochimique de l'INSA Toulouse, organise plusieurs conférences scientifiques, suivies l'après-midi d'une table ronde ayant pour objectif de sensibiliser un public aussi large que possible sur le thème de l'endométriose.

» Matthieu PLORMEL
Tél : 07.82.08.36.22
Mail : plormel@insa-toulouse.fr

Toulouse, au cœur de votre santé

Coupe du Monde de rugby - Retour sur le dispositif « prévention »

Dans le cadre de la Coupe du Monde de rugby, la Mairie de Toulouse, Toulouse Métropole, l'Agence Régionale de Santé et la Préfecture de Haute-Garonne ont déployé un dispositif innovant de prévention des conduites à risques et des violences sexistes et sexuelles. Ce dispositif a été soutenu financièrement par les 4 partenaires mais également par la Mission Interministérielle de Lutte contre les Drogues Et Conduites Addictives (MILDECA) avec une subvention exceptionnelle de 78 000 €. En s'appuyant sur le dispositif inter-associatif toulousain de prévention et réduction des risques, «Fêtons Plus, Risquons Moins», et sur les actions de prévention des violences sexistes et sexuelles, dont le dispositif «Ici, demandez Angela», nous avons proposé pendant toute la durée de cette compétition (20 jours) des actions de prévention au sein du village rugby, sur l'espace public ainsi qu'au Stadium pour les 5 matchs se déroulant à Toulouse avec



des stands d'information, d'écoute et de soutien et des maraudes. De nombreux outils de prévention ont été distribués : bouchons d'oreilles, préservatifs, éthylotests, information sur l'alcool, les drogues et les violences sexistes et sexuelles. Plus de 60 intervenants ont été mobilisés pour animer ce dispositif et plus de 10 300 personnes rencontrées, accompagnées par ce dispositif durant les 20 jours d'activation.

» Isabelle Martinez
- Tél. 05.34.22.92.01
- isabelle.martinez@toulouse-metropole.fr

Nicolas Soleres -
Tél : 05.67.73.84.80
- nicolas.soleres@mairie-toulouse.fr

15 et 16 janvier 2024

2 jours (14h)

Ireps Occitanie - Hôpital La Grave - Toulouse

Les formations du Drapps Occitanie

IREPS Occitanie vous propose une formation sur le thème
« **Conduire l'évaluation des actions en promotion de la santé** ». En présentiel, celle-ci est destinée à tout public.

» Ireps Occitanie
Service formation: 05 61 77 87 11
Mail:drapps@ireps-occitanie.fr

Le Plan Santé Travail

Le plan santé travail de la fonction publique 2022-2025 est constitué de cinq axes :

1. Développer le dialogue social, et le pilotage de la santé et sécurité au travail
2. Prioriser la prévention primaire, et développer la culture de prévention
3. Favoriser la qualité de vie et des conditions de travail
4. Prévenir la désinsertion professionnelle
5. Renforcer et améliorer le système d'acteurs de la prévention

Ce plan insiste sur l'importance de prévenir les risques professionnels le plus en amont possible, et de concilier la qualité des conditions de travail des agents et la qualité des services publics. Il affirme une volonté de développer la culture de prévention, en particulier chez les encadrants, en s'appuyant sur un réseau d'acteurs (médecins, agents de prévention, et inspection), et sur un dialogue social

intensifié. Cette culture de prévention doit reposer sur une approche collective qui part du travail réel, tel qu'il se déroule dans les faits. Pour finir, il encourage le développement d'une approche décloisonnée entre la santé au travail, la santé publique et la santé environnementale, ce qui permet une prise en compte plus cohérente de la santé de chacun.

» Pôle Santé et Qualité de vie au travail
Tél.05.41.22.25.79
Mail: cellule.prevention.dgrh@mairie-toulouse.fr
Site: Sésame / Espace RH / santé prévention ou qualité de vie au travail



5, 6 et 8 février 2024

3 jours (21h)

Ireps Occitanie - Hôpital La Grave - Toulouse

Les formations du Drapps Occitanie

Ireps occitanie vous propose une formation sur le thème « **Réussir mon projet en éducation et promotion de la santé** ». En présentiel, celle-ci est destinée à tout public.

» Ireps Occitanie

Service formation: 05 61 77 87 11

Mail:drapps@ireps-occitanie.fr

Un projet régional de santé 2023-2028 au plus près des besoins en Occitanie

Feuille de route pour la santé à l'horizon 2023-2028, le Projet régional de santé Occitanie formule des orientations prioritaires et des actions concrètes pour les 5 prochaines années. Sa publication le 1er novembre 2023 fait suite à une large concertation avec tous les acteurs de la refondation de la santé en Occitanie. Sa préparation a notamment mobilisé l'ensemble des instances de démocratie sanitaire (Conférence Régionale de la Santé et de l'Autonomie et Conseils Territoriaux de Santé dans chaque département) et pris appui sur une première consultation citoyenne sur les questions de santé en Occitanie. Le diagnostic réalisé par l'ARS a mis en évidence de forts contrastes qui constituent autant de défis à relever :

› Un défi démographique : l'Occitanie passera de 6 à 7 millions d'habitants d'ici 2040 avec à la fois 40 000 habitants supplémentaires chaque année et une population parmi les plus âgées de France.

› Un défi climatique : de multiples risques environnementaux impactent déjà nos conditions de vie et notre santé.

› Un défi d'accès aux soins : notre région fait face à des inégalités sociales et territoriales particulièrement marquées. Pour répondre à ces enjeux, l'ARS a fait le choix d'un PRS 2023-2028 résolument ancré dans la réalité de nos territoires. Il comporte pour la première fois 13 schémas territoriaux de santé, élaborés avec une même conviction : pour répondre aux besoins de santé, les solutions sont à construire avec les acteurs de proximité, au cœur de chaque territoire.



» Agence régionale de santé Occitanie
Site:
www.prs-occitanie.ars.sante.fr

Mardi 30 janvier 2024

De 14h à 16h

12, place Saint Etienne

Atelier santé de la femme enceinte

La CPAM et la PMI animeront un atelier santé de la femme enceinte. Cet atelier abordera toutes les thématiques de santé : alimentation, tabac, alcool, accidents domestiques, vaccination de la femme enceinte et du nourrisson.

» La CPAM et la PMI

Inscription via le lien : <https://www.linscription.com/pro/activite.php?P1=154784>

Plan régional Santé Environnement en Occitanie

L'impact de l'environnement sur la santé de la population comme sur la biodiversité et les écosystèmes, est visible dans notre région. Sécheresse, canicule, pollutions de l'air, prolifération d'espèces exotiques envahissantes...en sont des exemples très concrets. Face aux préoccupations grandissantes des citoyens sur les sujets de santé environnementale, l'État, l'Agence régionale de Santé Occitanie ont élaboré en collaboration avec le

Conseil Régional, la feuille de route stratégique 2023-2028 pour un environnement favorable à la santé.

Ce plan a été co-construit avec le groupe régional santé environnement (GRSE) constitué de nombreux acteurs, collectivités, associations de protection de l'environnement, de défense des consommateurs, professionnels de la santé, de l'éducation, de la recherche et du monde économique. Il intègre le concept «une seule santé» soulignant l'interconnexion entre santé humaine, animale et environnementale, tout en mettant l'accent sur le changement climatique et la réduction des inégalités sociales et territoriales de santé. Pour garantir son déploiement, nous devons agir collectivement, en l'articulant avec le nouveau Projet Régional de santé 2023-2028, au travers des défis communs en termes de prévention et promotion de la santé.

Un appel à projet sera lancé début 2024 par l'État, l'ARS et ses partenaires pour soutenir des projets innovants initiés dans les territoires.

» Jérôme DUBREIL
ARS Occitanie -
jerome.dubreil@
ars.sante.fr
Christelle DELMON
DREAL Occitanie -
christelle.delmon@
developpement-
durable.gouv.fr
Page LinkedIn PRSE
Occitanie

» Site internet PRSE
Occitanie :
<https://www.occitanie.prse.fr/>



« Journée internationale des maladies rares, 29 février »

Une personne sur 20 vit avec une maladie rare. En parler contribue à accélérer le diagnostic et la prise en charge adaptée et ainsi le quotidien de la personne atteinte. Le CHU de Toulouse et ses partenaires souhaitent en parler !

» Contacts informations:
Structure : PEMR CHU de Toulouse
Mail : maladiesrares@chu-toulouse.fr
Tél : 05.61.77.84.67

ENSEMBLE AVEC LES MALADIES RARES !

Janvier et février 2024

✓ Activités sur les symboles des maladies rares dans les CLAE

Février 2024

✓ Exposition photos aux jardins Royal et Raymond VI

29 février 2024 - de 11h à 16h

✓ Forum dans hôpitaux de Purpan, Larrey et Rangueil

2 mars 2024

✓ Marche de la place Jeanne d'Arc au square Charles de Gaulle (à confirmer)

Prévention du cancer du col de l'utérus

La 18^{ème} semaine européenne de prévention du cancer du col de l'utérus est l'occasion pour le CRDC Occitanie et ses partenaires de rappeler l'importance du dépistage et de la vaccination contre le papillomavirus, pour lutter contre cette maladie.

L'infection à Papillomavirus (HPV) est une infection sexuellement transmissible très fréquente car elle touche 9 personnes sur 10. Très souvent, ce virus n'est présent que transitoirement mais parfois il persiste dans l'organisme et est à l'origine de nombreux cancers chez la femme, dont celui du col de l'utérus, mais également chez l'homme.

Chaque année, plus de 3000 femmes sont touchées par le cancer du col de l'utérus et 1100 femmes en meurent.

Pourtant, ce cancer pourrait être évité grâce à deux moyens efficaces :

- » la vaccination des adolescents, qui permet d'améliorer la réponse immunitaire pour lutter contre le HPV
- » le dépistage par frottis qui

permet de détecter des lésions précancéreuses et de les traiter avant qu'elles ne se transforment en cancer.

Pour autant, le taux de couverture vaccinale (35,5% en Occitanie) n'est pas encore à la hauteur des recommandations. Afin d'améliorer ce taux, une campagne de vaccination contre le HPV est en cours dans les collèges auprès des élèves en classe de 5^{ème}.

Il est important de rappeler que vaccinée ou non, le dépistage par frottis cervico utérin reste un outil de taille pour la femme pour lutter contre ce cancer.

Le frottis est recommandé tous les 3 ans entre 25 et 30 ans, après 2 frottis normaux à 1 an d'intervalle et tous les 5 ans entre 30 et 65 ans. Aujourd'hui, plus de 40 % des femmes ne participent toujours pas ou pas régulièrement au dépistage Ensemble, mobilisons-nous pour cette grande cause de santé publique !

**DÉPISTAGE
DESCANCERS**
Centre de coordination
Occitanie

» 0801 801 301
(n° vert)
<https://occitanie-depistagecancer.fr/>

«Les données recueillies font l'objet d'un traitement informatique destiné à la gestion des contacts du Pôle Santé de la Direction Solidarités et Santé. La Mairie de Toulouse est responsable du traitement, représentée par le Pôle Santé de la Direction Solidarités et Santé. Les données seront conservées le temps de l'inscription au fichier. Seuls les agents habilités du Pôle Santé de la Direction Solidarités et Santé, et les élus délégués en charge des instances (pour les données des partenaires sur projets) sont destinataires des données vous concernant. Conformément à la législation relative à la protection des données personnelles, vous bénéficiez d'un droit d'accès, de modification, de rectification et de désinscription des données qui vous concernent. Vous pouvez exercer ces droits en vous adressant par voie postale à Pôle Santé de la Direction Solidarités et Santé 2, rue Malbec 31000 Toulouse ou par email à promotionsante@mairie-toulouse.fr. La base légale de ce traitement est le consentement. »

Expo «Regard sur la solitude»

Du 2 au 13 janvier 2024. Vernissage le 12 janvier à 18h30



Astrée a pour mission d'accompagner par l'écoute les personnes touchées par la solitude. Les bénévoles sont formés à l'écoute active, encadrés par nos référents lors de

groupes d'échanges et doivent respecter un cadre déontologique (respect, confidentialité, neutralité, empathie, etc). L'antenne de Toulouse, c'est 50 bénévoles et 40 accompagnements en continu. Cette exposition sur le thème des solitudes présente des œuvres sélectionnées lors d'un concours artistique annuel proposé par Astrée, ainsi que celle d'artistes locaux reconnus et en lien avec l'association comme l'artiste peintre Laure Vieusse.

La journée des solitudes aura lieu le mardi 23 janvier, avec ateliers rencontres et goûter à la MDC nord 14h-17h, suivis d'un café philo avec Eric Lowen

sur le thème «comment sortir de sa solitude?» de 18h à 20h (possibilité restauration) au restaurant « saveurs bio » Toulouse.



» Association Astrée, Jeanne Lussan
Tél. 06 95 78 43 00
Mail: toulouse@astree.asso.fr
Site: www.astree.asso.fr

Expo Photos d'un "défie-les" de mode pas comme les autres

Du 15 janvier au 11 février 2024

Vernissage le 18 janvier à 19h



L'association Be-Happy vous présente «Défie-les». La deuxième édition du défilé de mode toulousain dont les mannequins sont des patients en traitement pour un cancer, et leurs aidants, a eu lieu le 23 septembre dernier au MEETT. Revivez ce magnifique moment ainsi que la première édition avec nous dans le cadre de cette exposition photo.



Du lundi au dimanche de 9h30 à 17h
(Permanences des mannequins et des soignants les week-ends)

expos du numéro

Expo vente « Farandole de couleurs entre terre et mer »

Du 12 février au 1^{er} mars 2024

Vernissage

le vendredi 16 février 2024 à 19h



L'APECO a été créée le 7 septembre 1988.

Les buts de l'association sont multiples : développer entre ses membres des relations d'amitié et de solidarité, susciter entre eux un esprit d'entraide, apporter soutien, aide et réconfort aux familles d'enfants et d'adolescents atteints de cancer ; procurer aux enfants des instants de bonheur par des sorties et des animations ; mettre à leur disposition les moyens matériels et moraux susceptibles de les aider dans leur lutte, d'adoucir leur vie en milieu hospitalier et par la suite faciliter leur réintégration dans la vie sociale et les études ; s'efforcer d'obtenir

auprès des pouvoirs publics et des organismes privés, les moyens de leur redonner ou de maintenir l'égalité des chances.

L'APECO est à ce jour association référente du service Pédiatrique d'Hématologie de l'Hôpital Purpan. Ses bénévoles sont régulièrement présents dans le Service pour animer des discussions avec les parents et être à l'écoute de leurs besoins. Pour les parents dont le domicile est très éloigné, l'APECO permet aux parents de disposer d'un hébergement à proximité de l'hôpital.

Le fonctionnement est assuré par le Conseil d'administration et par des bénévoles.

Les ressources financières proviennent des adhésions, dons, recettes des manifestations organisées par et pour l'APECO.

Les artistes **Mylène marty** (Sculptrice) et **Claude Lucchini** (peintre) s'associent à cette noble cause et proposent cette exposition dont 30% des ventes seront reversées à l'association.



>> www.apeco.fr
www.facebook.com/apeco31