

RAPPORT D'ACTIVITÉ



2020

Présenté en
Assemblée Générale
le 15 juin 2021

SOMMAIRE

- 1 VIE ASSOCIATIVE** Pages 4 à 8

- 2 NOS FORMATIONS** Pages 9 à 13
NOS PARTICIPATIONS AUX FORMATIONS INITIALES
NOS FORMATIONS CONTINUES
NOS ÉCHANGES DE PRATIQUES

- 3 NOS ACCOMPAGNEMENTS ET CONSEILS MÉTHODOLOGIQUES** Pages 14 à 15

- 4 NOS ANIMATIONS DE TERRAIN** Pages 16 à 20
RYTHMES ET HYGIÈNE DE VIE
SANTÉ AUDITIVE

- 5 NOTRE PÔLE RESSOURCE** Pages 21 à 26
L'OFFRE ET LES SERVICES
LES BÉNÉFICIAIRES

- 6 NOS MISSIONS DE COMMUNICATION** Pages 27 à 29

- 7 2020, UNE ANNÉE D'ADAPTATION** Pages 30 à 34
DE NOUVELLES FORMATIONS
DE NOUVELLES ACTIONS
DES ACTIONS RÉINVENTÉES
DES OUTILS DE COMMUNICATION SUR LE COVID-19

LE CODEPS 13 EST MEMBRE DE :



LES ASSOCIATIONS PARTENAIRES AUXQUELLES NOUS AVONS ADHÉRÉ :



NOS PARTENAIRES FINANCEURS EN 2020 :



1 VIE ASSOCIATIVE

Le projet associatif du CoDEPS 13 tel que défini lors de l'assemblée générale constitutive

L'association Comité départemental d'Éducation et de Promotion de la Santé des Bouches-du-Rhône (CoDEPS 13) a été créée en mai 2016, à la suite de la fermeture du Comité d'éducation pour la santé (CoDES) des Bouches-du-Rhône. Elle compte des membres de droit et des membres adhérents qui concourent à réaliser l'objet de l'association (cf. statuts). L'association participe aux activités de l'Instance Régionale d'Éducation et de Promotion de la Santé de la région (IREPS) Provence-Alpes-Côte d'Azur, constituée des Comités Départementaux d'Éducation pour la Santé (CoDES) et du Comité Régional d'Éducation pour la Santé (CRES PACA), selon la Charte d'engagement réciproque. Elle est membre du pôle régional de compétence en éducation et promotion de la santé et d'un réseau national rassemblé au sein de la Fédération Nationale d'Éducation et de promotion de la Santé (FNES).

FONDAMENTAUX :

L'assemblée générale constitutive a fixé les objectifs de l'association pour 2019, au regard des besoins et attentes des populations, des professionnels, des élus et des institutions concernées. Elle définit les modalités et les moyens à mettre en œuvre pour atteindre ces objectifs, inscrits dans les valeurs et principes d'intervention du réseau des IREPS : une vision globale de la santé ; le respect des équilibres individuels et sociaux ; l'éclairage des choix individuels ; la démarche globale de la promotion de la santé ; l'approche participative ; un souci démocratique et un investissement pour l'ensemble de la population dans la lutte contre les inégalités. En agissant auprès de la population, des professionnels, des élus et des institutions, l'association souhaite contribuer à ce que la santé puisse être au cœur des politiques publiques.

L'association œuvre dans une logique d'accompagnement des personnes à être acteur de leur santé et de celle des autres (empowerment, réseaux sociaux et communautaires) et de promotion d'actions sur les déterminants sociaux de la santé (conditions de vie, de travail, accès aux soins...).

L'association établit un principe de subsidiarité et n'intervient que si le besoin

n'est pas couvert ou l'est insuffisamment. Elle agit sur l'ensemble du département des Bouches-du-Rhône, en cohérence avec les dynamiques locales. Ce projet associatif se développe dans un contexte marqué par de fortes attentes des partenaires concernés. Il pourra être révisé, notamment en fonction de la montée en charge progressive des activités envisagée et des orientations définies par les partenaires institutionnels.

1) Objectifs :

Objectifs stratégiques... au regard des principaux enjeux :

- Promouvoir la santé et la qualité de vie
- Contribuer à la réduction des inégalités sociales de santé

Objectifs spécifiques :

- Développer une fonction ressources au service des acteurs (formation, conseil-accompagnement-soutien, documentation...)
- Développer des programmes dans les lieux de vie des publics concernés, notamment en complémentarité des actions mises en œuvre par les partenaires.

2) Démarche / approche :

- Approche territoriale
- Approche globale de la santé
- Approche populationnelle
- Approche intersectorielle, actions sur les déterminants sociaux de la santé
- Démarche communautaire/participative
- Démarche partenariale

3) Priorisation et présentation des missions de base :

Ces missions ont été priorisées par le comité de pilotage à l'origine de la création de l'association. Elles seront réalisées dans la mesure des moyens alloués.

5 missions à développer en priorité :

- Développer localement des programmes et actions en cohérence avec les priorités départementales et les dynamiques locales
- Participer à la formation initiale et continue
- Fournir un conseil et un accompagnement méthodologiques
- Accueillir et documenter le public
- Amplifier localement les programmes nationaux et régionaux

2 autres missions à développer également :

- Participer à la définition des politiques de santé départementales
- Contribuer à la concertation, la coordination et la communication entre les acteurs concernés

Nos missions

Développer localement des programmes et actions en cohérence avec les priorités et les dynamiques locales

L'association est un acteur de terrain qui agit localement pour répondre aux besoins et attentes non couverts, et en mobilisant :

- Son expérience en méthodologie de projet et en action collective
- Ses partenaires et les ressources existantes
- Ses connaissances des politiques publiques sanitaires, éducatives et sociales
- Son approche multifactorielle des déterminants de la santé
- Ses outils de communication et de valorisation des actions
- Plusieurs types d'actions sont envisagés : éducation pour la santé ; action de santé communautaire ; communication, information, sensibilisation ; étude et recherche ; travail en réseau ; étude de besoins - diagnostic ; formation-actions...

Participer à la formation initiale et continue

La formation permet d'accompagner la professionnalisation des professionnels et des bénévoles en renforçant leurs compétences à développer des actions d'éducation pour la santé, de prévention et de promotion de la santé. Il s'agit de/d' :

- Identifier les besoins et les attentes de formation
- Définir des objectifs de formation et des contenus pédagogiques dédiés
- Offrir un processus progressif de développement des compétences
- Favoriser le lien entre formation et action
- Offrir des espaces d'échanges de pratiques, de partage d'expériences, de découverte et d'analyse d'outils
- Intégrer l'éducation pour la santé et la promotion de la santé dans les programmes de formations initiales en participant à la définition des contenus et à l'enseignement de certains modules.

Fournir un conseil et un accompagnement méthodologiques.

Le conseil et l'accompagnement méthodologiques de porteurs de projet peuvent être individuels ou collectifs. Ils permettent de répondre aux besoins d'acteurs issus de milieux spécifiques (associations, éducation nationale, milieu carcéral, milieu du travail...) ou de venir en appui aux dynamiques locales (ASV, élus, équipes politique de la ville...). Ils se font sur tout ou partie d'un projet : diagnostic, planification, choix des outils et méthodes, évaluation, valorisation, communication...

- Le conseil méthodologique est une offre de conseil ponctuel qui ne s'inscrit pas dans un accompagnement de moyenne ou longue durée. Sur un temps contraint, il est nécessaire de circonscrire la rencontre à un ou deux aspects précis de la démarche projet.
- L'accompagnement méthodologique s'inscrit dans un processus de soutien de moyenne et longue durée.

Accueillir et documenter le public

L'accès à l'information permet d'enrichir la réflexion, la formation et les actions des acteurs. Il se décline comme suit :

- Diffuser des supports d'information et des outils pédagogiques (ex : mallettes et guides pédagogiques, supports web et multimédia, plaquettes et brochures, affiches...)
- Analyser les besoins et attentes du public et l'orienter le cas échéant vers un autre acteur (ex : documentalistes du CRES, conseillers méthodologiques, membres ou partenaires...)
- Concevoir des outils pédagogiques, en complémentarité des ressources existantes, le cas échéant,
- Réaliser des actions d'information, de promotion et de sensibilisation (ex : animation d'ateliers de découverte d'outils, participation à des forums, ...)
- Relayer les initiatives locales en matière de prévention et promotion de la santé via nos outils de communication

Amplifier localement les programmes régionaux et nationaux

Relayer les campagnes et priorités régionales et nationales, notamment de l'ARS et de l'INPES, en soutenant le développement d'actions locales et départementales (ex : Semaine européenne de la vaccination, Octobre rose, Mars bleu, Journée mondiale de la lutte contre le Sida, Semaine du goût, Mois sans tabac...).

Contribuer à la concertation, la coordination et la communication entre les acteurs concernés.

Il s'agit d'offrir aux acteurs concernés les informations et l'expertise nécessaires à la mise en place d'une politique de santé adaptée aux besoins et attentes, et un cadre facilitant la concertation, la communication et la coordination sur différents thèmes de santé :

- Actualiser en continu une base de données des acteurs départementaux agissant sur la santé
- Mettre en ligne et actualiser des informations pertinentes sur le site Internet
- Diffuser par mail aux acteurs concernés des informations liées aux activités du Codeps, de ses membres et partenaires.

Participer à la définition des politiques de santé départementales.

Cette mission se décline de la façon suivante :

- Assurer une représentation dans les instances de concertation (ex : participation aux réunions de concertation locales et départementales, plaidoyers...)
- Participer à des groupes de travail thématiques et/ou populationnels, à des comités de pilotage
- Apporter des éléments et des outils d'aide à la décision (ex : apport d'expertise, remontées d'informations terrain, réalisation d'enquêtes qualitatives ou de rapports...)

Le bureau du conseil d'administration

Le Bureau élu se compose de :

- Présidente : Dr Michèle BLANC PARDIGON (pédiatre, vice-présidente du Conseil de l'Ordre des médecins 13)
- Trésorière : Florence NICOLAI GUERBE (coordinatrice des CEGIDD, COREVIH PACA Ouest Corse)
- Secrétaire général : Emmanuelle LEBARBENCHON (maitre de conférence Aix Marseille Université)
- Assesseur : Dr Marie Claude LAGOUANELLE SIMEONI (Enseignante chercheur Aix Marseille Université, Laboratoire de santé publique APHM).

Le conseil d'administration en 2020

COLLÈGE 1

COLLECTIVITÉS TERRITORIALES

- Conseil départemental des Bouches du Rhône : la Présidente ou son représentant (Mme DEVESA)
- Conseil départemental des Bouches du Rhône : la direction de la santé publique et de la PMI (Dr C. VERNAY-VAISSE et Dr L. CHAMPSAUR)
- Ville de Marseille : le Maire ou son représentant
- Ville de Marseille : le service de santé publique et des handicapés
- Ville de Salon de Provence : le Maire ou son représentant
- Ville de Salon de Provence : Direction de la santé et de l'environnement
- Ville d'Aubagne : le Maire ou son représentant

COLLÈGE 2

INSTITUTIONS

- Délégation des Bouches du Rhône de l'ARS PACA : la Déléguée Territoriale ou sa représentante Mme N. MOLAS GALI (direction santé publique environnement)
- Direction académique des services départementaux de l'Education Nationale des BdR : M D. BECK ou son représentant
- Direction académique des services départementaux de l'Education Nationale des BdR : Dr CALLOUE (médecin conseiller technique) et l'infirmière conseillère technique
- Protection judiciaire de la jeunesse (PJJ) des Bouches-du-Rhône : Son

Directeur ou sa représentante (Mme J. LE-PANN) ou Mme S. GOSET (infirmière conseillère technique

COLLÈGE 3

ORGANISMES DE PROTECTION SOCIALE

- CPAM des Bouches du Rhône : Responsable Département Action sanitaire et sociale / Promotion de la santé et/ou sa représentante : Y. PAOLETTI et/ou Mme S. GIRAUDO
- La M.E.P. (mutuelle étudiante) : Mme A. IMPORTUNA
- La Mutualité Française Sud PACA : M. René MARION, élu délégué à la prévention ou son représentant : M. BOUZON, responsable d'activités promotion de la santé
- OXANCE (ex Grand Conseil de la Mutualité) : son président ou son représentant, Mme C. ELLENA

COLLÈGE 4

ÉTABLISSEMENT DE SOIN

- Vacant

COLLÈGE 5

PARTENAIRES DÉPARTEMENTAUX ÉLUS

- V. SABATINO pour la Fédération des Espaces Santé Jeunes, (Mme E. TOUCHOT pour la Fédération des Espaces Santé Jeunes comme suppléante)
- La Maison des Adolescents 13 Nord : C. GUILLET, directrice adjointe
- Le Mouvement Français pour le Planning Familial des BdR : sa

coprésidente, Mme M. MIRGALET ou sa représentante, Mme M. GEOFFROY, directrice

- Le comité départemental 13 de l'UFSBD (Union Française de la Santé Bucco-Dentaire) : son président Dr M. LEGALL ou sa représentante, Dr F. BADRI (directrice)
- Le Président de l'UDAF 13 (Union départementale des Associations Familiales) ou son représentant, F. GRAF

COLLÈGE 6

PERSONNES QUALIFIÉES

- Dr M. BLANC-PARDIGON, présidente CODEPS 13
- F. NICOLAI GUERBE, trésorière CODEPS 13
- E. LE BARBENCHON, secrétaire générale CODEPS 13
- M.C. LAGOUANELLE-SIMEONI, personne qualifiée, membre du bureau de CA

COLLÈGE 7

AUTRES PARTENAIRES

- Le président du réseau Santé Croisée Marseille Diabète ou ses représentantes, Dr V. DELORIEUX, directrice ou Mme C. JOSEPH-WELSCHEN
- Dr F. EYNAUD, Vice-Présidente du CIAS du pays de Martigues
- Le président du CRES PACA Pr. R. SAMBUC ou sa représentante Mme Z. MANSOUR, directrice
- Mme A-G PERRAIS, coordinatrice du DICAdd 13
- M. Olivier GAUCHE, infirmier à l'Espace Santé AP-HM

Les réunions de conseil d'administration

14 DÉCEMBRE 2020 :

- Etat des lieux des financements obtenus sur 2020 et ceux encore en attente, projections budgétaires
 - Impact de la situation sanitaire COVID19 sur les activités du CoDEPS13 (vis-à-vis des activités menées en année scolaire 2019/2020 et 2020/2021 ou en année civile 2020) :
 - Évolution, adaptation de nos activités au regard de l'impossibilité de toucher certains publics sur certaines périodes de cette année
 - Gestion des ressources humaines dans l'équipe
 - Positionnement vis-à-vis des partenaires financeurs au regard des bilans et de l'activité à valoriser
 - Nouveaux programmes/ projets déployés en 2020 ou nouveaux territoires investis
 - Idem pour 2021
 - Budget prévisionnel 2021
 - Autres points divers: dont subrogation des IJ et des prestations prévoyance
- Nouveau budget prévisionnel 2021 réactualisé
 - Présentation des programmes et dossiers déposés pour 2021 , focus sur les nouveautés
 - Point gestion des ressources humaines (aménagement du temps de travail (39h avec 24j RTT avec nécessité d'accord d'entreprise, nouvelles collaboratrices, etc.)
 - Stratégies de développement en vue des prochaines conventions pluriannuelles d'objectifs
 - PSFP et cités éducatives
 - Médiation de santé : coordination/ animation et formation des médiatrices (13000€)
 - Locaux associatifs
 - Programme Ratatouille et cabriole
 - Programme YAM
 - Renouvellement du CA de la FNES juin 2021
 - Colloque départemental annuel du DRSPIPPS pour le CoDEPS 13 du jeudi 8 avril en visio sur « Alimentation et esprit critique nos choix à la loupe »

15 MARS 2020 :

- Arrêté des comptes 2020 en vue de la prochaine Assemblée générale

Assemblées générales tenues en 2020 :

L'assemblée générale ordinaire portant sur l'exercice précédent a été réalisée le 1er juillet 2020

ORDRE DU JOUR :

- Rapport moral de la présidente
 - Rapport financier de la trésorière
 - Présentation des comptes et arrêté des comptes 2019
 - Rapports de la commissaire aux comptes
 - Rapport d'activité 2019
- Budget prévisionnel 2020
 - Adaptation des activités du CoDEPS13 en lien avec la crise sanitaire COVID

Les réunions du Bureau de conseil d'administration

Dates des réunions formelles : 10 février, 9 mars, 11 mai, 20 juillet, 17 décembre 2020.

Des nombreux points téléphoniques plus informels avec la trésorière et la présidente chaque semaine.

Les réunions et formations de l'équipe

◆ Réunions d'équipes

En 2020, les réunions d'équipe se sont déroulées de manière bi-mensuelle les mercredis matin, dont une a été réalisée en présence de la secrétaire générale et de l'assesseure du bureau de CA en juillet 2020. Lors du premier confinement, l'équipe a réalisé des réunions distancielles toutes les semaines.

◆ Mise en place en octobre d'une supervision d'équipe assurée par une psychologue du travail (1 fois par mois).

◆ Formations collectives proposées à l'équipe :

Une partie de l'équipe a pu bénéficier d'une formation à l'utilisation de la méthode AProPos (atelier d'approche positive à la méthodologie de projets) dispensée par l'Atelier de l'Évaluation en février 2020

◆ Réunions des directeurs du CRES et des CoDES de PACA une fois par mois

◆ Implication dans la vie de notre fédération nationale (FNES)

Groupe de travail ressources humaines sur la refonte des statuts des salariés de la FNES, des IREPS et comités affiliés.

Notre trésorière représente le réseau des comités PACA aux instances de la FNES aux côtés d'A. DOUILLET du CoDES84

Constitution de l'équipe salariée

NOTRE DIRECTEUR



Christophe POROT
direction@codeps13.org

NOTRE DIRECTRICE ADJOINTE



Aïchatou CAMARA
aichatou.camara@codeps13.org

NOTRE GESTIONNAIRE COMPTABLE ET ADMINISTRATIVE



Laurence LHOPITAL
contact@codeps13.org

NOS CHARGÉES DE PROJETS



Aïda Houria AIT
aidahouria.ait@codeps13.org



Audrey BOYER
audrey.boyer@codeps13.org



Coralie BRUNET
coralie.brunet@codeps13.org



Déborah LECLERCQ
deborah.leclercq@codeps13.org



Béatrice PEYCELON
beatrice.peycelon@codeps13.org



Laure VIENNOIS

NOTRE CHARGÉE DE DOCUMENTATION ET DE COMMUNICATION



Céline FOUGA
documentation@codeps13.org

NOTRE CHARGÉE D'ANIMATION

- Muriel MOR-CORNILLAT, diététicienne-nutritionniste
Septembre à décembre 2020

NOS STAGIAIRES

- Soilahoudin MOHAMED,
Master 1 Santé Publique, Aix-Marseille Université - février 2020
- Adèle LAPORTE,
Master 1 Santé Publique, Aix-Marseille Université - septembre 2020

2 NOS FORMATIONS

NOS PARTICIPATIONS AUX FORMATIONS INITIALES

Interventions auprès des étudiants en Master Santé Publique d'Aix-Marseille Université

Nous avons collaboré avec Aix-Marseille Université, notamment avec le Dr Marie-Claude LAGOUANELLE-SIMEONI, responsable des Master 1 et 2 de santé publique spécialité « Prévention, éducation pour la santé, éducation thérapeutique » à la Timone sur le module « Module éducation pour la santé »

L'objectif de notre intervention était d'accompagner les étudiants à l'intégration des concepts, valeurs, méthodes et outils d'éducation et promotion de la santé dans leur cursus universitaire.

Nos interventions se sont déroulées en septembre 2020, et ont duré près de deux semaines. Les contenus pédagogiques sont abordés de façon participative et articulés autour de plusieurs temps :

- Apports théoriques sur les concepts, les étapes de montage d'un projet en éducation et promotion de la santé
- Travaux pratiques (Répondre à un appel à projets : ARS et Fondation de France)
- Expérimentation de séances collectives en éducation pour la santé, thématique choisie « compétences psychosociales »
- Table ronde autour des missions du coordo atelier santé ville

21 étudiants en Master de Santé Publique ont bénéficié de nos interventions.

Les interventions à la faculté ont mobilisé différents professionnels :

- Marie-Claude LAGOUANELLE-SIMEONI, enseignante chercheure, Aix-Marseille Université
- Alexandre DAGUZAN, Enseignant chercheur, Aix-Marseille Université
- Caroline BUISSART, Coordinatrice ASV Aix-en-Provence
- Déborah LECLERCQ, Chargée de projets au CODEPS 13
- Aïchatou CAMARA, Directrice adjointe/Chargée de projets DRS PI PPS
- Coralie BRUNET, Chargée de projets au CODEPS 13
- Christophe POROT, Directeur du CODEPS 13
- Céline FOUGA, Documentaliste et chargée de la communication du CODEPS 13
- Audrey BOYER, Chargée de projets au CODEPS 13

Deux étudiants de ce master ont été accueillis en stage au CoDEPS 13 en 2020.

Interventions auprès d'étudiants infirmiers dans le cadre de leur service sanitaire

IFSI SAINT-JACQUES

86 étudiants ont été concernés et 3 demi-journées d'intervention ont été réalisées : une sur la nutrition, une sur l'hygiène bucco-dentaire et une sur la santé sexuelle

Points abordés : notions théoriques sur les thématiques identifiées, posture éducative d'un animateur en santé, construction de séances d'animation adaptées à partir des besoins des publics (techniques, outils, supports d'intervention, stratégies d'intervention, etc.)

IFSI Aix en Provence
Service sanitaire
Analyse de la situation



Problématique :
Corinne, l'infirmière du collège Jas de Bouffan et les enseignants d'EPS observent de nombreux malaises des jeunes pendant leurs cours de sport, surtout le matin.

IFSI AIX-EN-PROVENCE

75 étudiants ont été concernés et 2 demi-journées d'intervention ont été réalisées

Points abordés : notions théoriques sur les thématiques identifiées, construction d'axes d'interventions, d'objectifs et contenus de séances (déroulés, techniques d'animations, outils pédagogiques,...)

Santé bucco-dentaire dans les centres sociaux marseillais en partenariat avec la faculté d'odontologie

OBJECTIFS

◆ Pour les familles/enfants :

- Apporter des connaissances sur la santé bucco-dentaire et sa préservation
- Renforcer la pratique journalière du brossage de dents des enfants
- Ancrer dans les habitudes familiales la visite annuelle chez le dentiste et lever les freins à l'accès aux soins,
- Sensibiliser sur l'importance de l'alimentation comme déterminant de l'état de santé dentaire.

◆ Pour les centres sociaux :

- Permettre aux professionnels ayant en charge ces populations de monter en compétence et de s'autonomiser dans la mise en place d'initiatives sur ces questions

ACTIVITÉS RÉALISÉES

◆ Phase de préparation pour les étudiants en 5ème année :

- Réalisation et animation de deux cours sur l'éducation à la santé pour les étudiants en 5ème année d'odontologie.

◆ Préparation des stages de santé publique des étudiants en 6ème année :

Cette préparation se déroule selon plusieurs temps :

- La répartition des étudiants en groupes d'intervention (avec la faculté d'odontologie)

- Un cours préparatoire avec les 18 étudiants sélectionnés
- Une présentation puis une validation des projets d'animations par trinôme d'étudiants (avec la faculté d'odontologie)
- Une planification de l'action par centre social sélectionné avec les trinômes d'étudiants.

◆ Stage dans les centres sociaux :

Les étudiants de la promotion 2019/2020 ont réalisé, pour une petite majorité, les interventions sur le 1er semestre 2020, avant le confinement. Celles-ci se déroulent selon le protocole suivant :

- 4 séances pédagogiques auprès des enfants. La 4ème séance est l'occasion de réaliser un dépistage auprès des enfants
- une séance de sensibilisation auprès des professionnels du centre social
- une rencontre avec les parents.

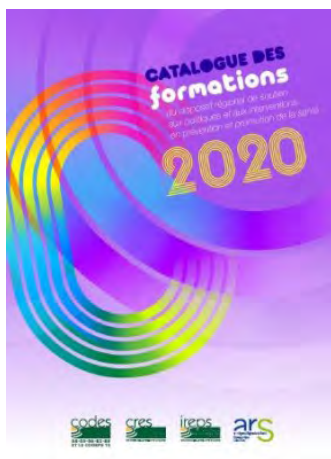
A la rentrée 2020, 23 étudiants ont commencé un nouveau stage dans les 8 centres sociaux suivants :

- Belle de Mai, Olivier Bleu, Kleber, Les Bourelly, Grand Canet, Saint Loup Saint Thys, Bernard Dubois, La Solidarité

3 centres sociaux se sont rajoutés aux lieux sensibilisés dans le cadre d'un financement des Cités Éducatives de Marseille : La Castellane, La Bricarde, Grand Saint Antoine.

NOS FORMATIONS CONTINUES

Formations réalisées dans le cadre du Dispositif régional de soutien aux politiques et aux interventions en prévention et promotion de la santé (DRS PI-PPS)



Dans le cadre du DRS PI-PPS, 6 sessions ont été mises en place soit 20 jours de formation réalisées :

45 acteurs de différentes fonctions et différents territoires ont participé à nos formations.

- Deux sessions de 5 jours chacune à la « Méthodologie et évaluation de projets en éducation et promotion de la santé » ;
- Une session de 3 jours aux « Techniques d'animation en éducation et promotion de la santé »

- Deux sessions de 2 jours chacune sur « Renforcer les compétences psychosociales, de l'intention à l'animation » ;

Toutes les sessions se déroulent à Marseille.



Formation « Savoir Seniors Santé »

Comprendre les fondamentaux de l'équilibre nutritionnel des seniors pour mieux les accompagner

La CARSAT Sud-Est propose chaque année à ses adhérents un programme global de formation et d'interventions : Savoir Senior Santé.

Elle a sollicité le CoDEPS13 pour co-animer avec l'association Siel Bleu un module de formation à l'attention des aidants des personnes âgées en perte d'autonomie.

OBJECTIF :

Permettre aux professionnels d'accompagner les personnes âgées dont ils ont la responsabilité vers des habitudes nutritionnelles (alimentation et activité physique adaptée) favorables à leur santé et prolongeant leur autonomie ainsi que leur maintien à domicile.

PROGRAMME :

- Les 2 premiers jours sont consacrés à la théorie : les besoins alimentaires des personnes âgées, le PNNS, la balance alimentaire, les groupes d'aliments, les rôles alimentaires, le budget, l'hygiène, la dénutrition et les autres pathologies en lien avec la personne âgée.
- Le 3ème jour est dédié à la pratique avec la réalisation d'un menu complet adapté à la personne âgée et la mise en application des concepts vu pendant les 2 jours de théorie.

2 formations ont eu lieu en 2020 : 1 au Pôle Senior Centre de Marseille et 1 pour l'association Stella Aide aux familles à Marseille.

Formation sur le repérage des personnes en crise suicidaire

Module Sentinelle

Dans le cadre de la nouvelle stratégie multimodale de prévention du suicide du ministère de la santé, le CRES et les CoDES de la région Provence Alpes Côte d'Azur ont proposé dès septembre 2020 trois nouveaux modules de formation pour prévenir la crise suicidaire.

OBJECTIF :

Améliorer le repérage et la prise en charge des personnes en crise suicidaire par la création d'un réseau, en adaptant le contenu de la formation aux rôles, compétences et responsabilités des différents intervenants, professionnels de santé ou citoyens.

Ces formations sont animées par un réseau des formateurs régionaux validés par l'ARS Paca.

Cette année, le CoDEPS a organisé deux sessions du module Sentinelle, qui s'adresse à tout professionnel ou citoyen présentant un souci spontané de l'autre et reconnu comme tel dans sa communauté professionnelle et de vie. Ce module a pour objectif de renforcer les habilités pour repérer les signes de souffrance et les signaux d'alerte d'un risque suicidaire et orienter les personnes repérées vers les ressources d'évaluation et/ou de soins adaptés.

Proposées à Marseille en octobre puis en décembre 2020, les 2 sessions ont réuni 16 participants.

Formation-action : Opticourses

Améliorer l'équilibre des achats alimentaires sans dépenser plus

Ce projet propose une formation à la démarche et aux outils Opticourses pour des acteurs de terrain menant des ateliers auprès de familles en difficultés financières. Nous leur proposons ensuite de les accompagner à monter le projet auprès de leurs bénéficiaires au sein de leur structure.

De plus, le centre social des Amandiers à Aix-en-Provence, a été accompagné sur le 1er semestre 2020 dans la mise en place du projet Opticourses auprès d'un groupe de femmes.

Comme chaque année, nous participons à la journée régionale d'échanges entre porteurs de programmes Opticourses organisée par le CRES PACA qui a eu lieu cette année en visio.



Cette année, une session de 3 jours a été réalisée sur Martigues en juillet 2020 en collaboration avec le Pôle Santé & Handicap du CIAS du Pays de Martigues.

Elle a réuni 9 professionnels du pourtour de l'Etang de Berre (3 CESF, 2 gestionnaires sociales, 1 gestionnaire d'animation, 1 travailleur social, 1 assistant social d'éducation, 1 chargé de projet).



Formation-action : personne ressource en éducation à la sexualité

Chaque année, le CoDEPS13 organise en partenariat avec le CRIPS Sud une formation de 4 jours sur la vie affective et sexuelle à destination des acteurs en contact avec des adolescents et des jeunes. Cette année, un nouveau partenaire s'est ajouté à cette formation : le collectif Santé Jeunes Aubagne

OBJECTIFS :

- Contribuer à une meilleure prise en charge des risques liés à la vie affective et sexuelle chez les jeunes

- Pouvoir assurer un rôle de relais sur les questions liées à la sexualité ; accueil ; écoute, information et orientation
- Pouvoir orienter les jeunes en ayant identifié les structures ressources et dispositifs de santé sexuelle adaptés
- Pouvoir mettre en place des actions d'éducation à la sexualité dans sa structure

En septembre-octobre 2020, une session a été organisée à Marseille et a rassemblé 12 acteurs.

Formations ARI

Auprès de l'association ARI, le CoDEPS13 a réalisé et animé 5 sessions de formation de deux jours chacune, à destination :

- des professionnels intervenant dans les différents établissements de l'association : ITEP, Foyers, IME et ESAT,
- mais également des professionnels avec des fonctions support au sein de la structure et travaillant au siège à Marseille.

3 sessions portant sur les compétences psychosociales et 2 sessions portant sur l'éducation pour la santé ont été organisées les 23 et 24 janvier, 10 et 11 février, 12 et 13 mars, 12 et 13 octobre, 19 et 20 octobre.

58 professionnels (chargée de mission, éducatrices / éducateurs, éducateurs spécialisés / éducatrices spécialisées, statisticienne, psychologues, infirmiers / infirmières, stagiaires, etc.) ont bénéficié de ces formations.

En moyenne, il y avait environ 12 participants par session.

D'autres formations sont en cours de programmation avec l'association ARI sur 2021.

Formations spécifiques sur les rythmes et hygiène de vie

Dans le cadre d'un financement global de l'ARS sur le plan d'action « Femmes Enceinte Parentalité Petite Enfance » et d'un financement du contrat de ville de Marseille, nous avons pu réaliser des formations sur mesure auprès de structures ou de réseaux. L'objectif était d'aider les équipes à construire auprès de leurs publics une démarche éducative de santé sur les rythmes et l'hygiène de vie des familles.

En 2020, nous avons travaillé avec :

- l'association APRONEF (tout Marseille) : Formation de l'équipe autour des rythmes de vie des enfants

- les réseaux REP+ Clair Soleil, Dumas et Belle de Mai (Marseille 3ème et 14ème) : Formation d'enseignants des écoles maternelles et élémentaires des 3 réseaux REP+ sur les concepts et les pratiques en éducation pour la santé autour des rythmes de vie de l'enfant (sommeil, écran, alimentation et activité physique)



Zoom sur la formation du réseau de crèches APRONEF

Dans le cadre d'un financement ARS PACA, nous avons proposé une journée de formation à destination des professionnels de la petite enfance de l'association APRONEF qui gère des crèches sur Marseille. Celle-ci avait pour objectif d'aider les professionnels à monter des actions de santé dans leur établissement. Elle s'est composée d'une partie théorique sur les rythmes de vie de l'enfant (sommeil, usage des écrans, hygiène, alimentation et activité physique) et d'une partie pratique avec expérimentation de techniques d'animation et découverte d'outils pédagogiques.

La journée a réuni 13 professionnelles de différentes crèches de Marseille (éducatrices jeunes enfants, auxiliaires de puériculture, animatrice d'éveil) et a rencontré 100% de satisfaction.

Quelques retours des participants :

« Cela m'a permis de faire un point sur mes connaissances, de les approfondir et me donner des idées en terme de techniques d'animation ».

« Cela faisait longtemps que je ne m'étais pas remise en question ».



Formation « Rythmes de vie du jeune enfant »

OBJECTIFS :

- Partager des représentations, des interrogations et des expériences sur les rythmes de vie des jeunes enfants.
- Sensibiliser les acteurs intervenant auprès des jeunes enfants aux recommandations institutionnelles en matière de rythme de vie.
- Découvrir les bases de la démarche d'éducation pour la santé et de la méthodologie de projets pour mettre en place des actions autour de cette thématique

PROGRAMME :

- Concepts en éducation et promotion de la santé,
- Travail autour des représentations et de la posture éducative,
- Structuration d'un socle commun de connaissances (rôles de la nutrition et du sommeil, recommandations institutionnelles, ...),
- Démarche en éducation pour la santé et méthodologie de projets : comment mettre en place des actions autour de cette thématique ?
- Présentation de techniques d'animation, d'outils pédagogiques
- Mises en situation et échange de pratiques

Deux sessions de 3 jours ont été réalisées en 2020 :

- 5, 6 et 11 mars à Marseille
- 1, 2 et 6 octobre à Vitrolles



Atelier avec les stagiaires de la formation « Rythmes de vie du jeune enfant » en octobre 2020 à Vitrolles

Formation « A chacun son rythme » :

Alimentation, activité physique, sommeil et usage des écrans des jeunes

OBJECTIFS

- Découvrir les bases de la démarche, de la posture et de la méthodologie en éducation pour la santé afin de mettre en place des actions autour des rythmes de vie (alimentation, activité physique, sommeil, écrans)
- Découvrir comment transmettre efficacement des messages de prévention (communication, littérature, ...)
- Améliorer ses connaissances sur les rythmes de vie des jeunes
- Partager des représentations et des expériences sur les rythmes de vie des enfants et des adolescents

PROGRAMME :

- Concepts en éducation et promotion de la santé
- Travail autour des représentations et de la posture éducative

- Structuration d'un socle commun de connaissances (apports théoriques sur les rythmes de vie des jeunes : alimentation, activité physique, sommeil, écrans...)
- Démarche en éducation pour la santé et méthodologie de projets : comment mettre en place des actions autour de cette thématique ?
- Présentation de techniques d'animation, d'outils pédagogiques
- Mises en situation et échange de pratiques

Aucune session n'a pu être réalisée comme prévu en 2020 suite aux mesures liées à la crise sanitaire. Une session a été reportée en février 2021.

Nos ÉCHANGES DE PRATIQUES

Sur une même journée, nous organisons un atelier d'échanges de pratiques (matinée) et un atelier de présentation/expérimentation d'outils pédagogiques (après-midi) sur une même thématique :

- Jeunes et usage des écrans, en février 2020
- Accompagnement vers le soin, en janvier 2020

21 acteurs ont participé à ces ateliers.



3 NOS ACCOMPAGNEMENTS ET CONSEILS MÉTHODOLOGIQUES

Accompagnements méthodologiques « complexes » de projets, sur le long court

7 structures, dont 6 associations et un centre social intervenant dans les Bouches-du-Rhône ont bénéficié d'un accompagnement méthodologique.

8 projets ont été accompagnés :

- 6 projets répondaient à la demande de subvention dans le cadre de la campagne de prévention et de promotion de la santé 2020 de l'ARS : 2 pour le Plan « Enfants, adolescents, jeunes » (EAJ), 2 pour le « Programme régional d'accès à la prévention et aux soins » (PRAPS), 1 pour le Plan « Population générale » (POPG) et 1 projet pour le plan « Femmes enceintes, Parents, Petite enfance » (FEPPE) ;
- 1 projet a été accompagné dans le cadre d'une démarche qualité ;
- 1 projet dans le cadre du contrat de ville territoire Marseille – Provence.

Les structures accompagnées sont implantées à Aix-en-Provence, Vitrolles, Orgon et Marseille.

La plupart des accompagnements ont porté sur l'écriture du projet, la définition des objectifs du projet, l'évaluation, en lien avec le cahier des charges du plan concerné (EAJ, PRAPS, FEPPE, POPG), pour les projets qui faisaient l'objet de dépôt d'une demande de subvention, la démarche qualité, la description des activités du projet et leur cohérence avec les objectifs, l'état des lieux, une réflexion collective autour du sens des actions mises en place.

Les thématiques des projets : accès aux soins et à la prévention, accès aux droits, parentalité, compétences psychosociales, violences faites aux femmes, éducation pour la santé.

Accompagnement méthodologiques au montage de projets sur les rythmes et hygiène de vie des familles

Certaines structures sur le territoire ont bénéficié d'un accompagnement de leurs équipes dans le but de construire auprès de leurs publics une démarche éducative de santé sur les rythmes et l'hygiène de vie des familles.

- Crèche 1, 2, 3 soleil Saint Louis Campagne Lévêque (Marseille 15ème) : accompagnement dans l'organisation d'un temps de co-animation à destination des parents.
- Ecole maternelle Marie Curie (Tarascon) : accompagnement de l'équipe enseignante dans la construction de temps à destination des enfants et des parents autour de l'hygiène bucco-dentaire. Accompagnement dans la mise en place du brossage des dents dans l'école.

- Ecole maternelle Victor Hugo (Port de Bouc) : accompagnement de l'équipe enseignante dans la co-construction de séances à destination des enfants sur le sommeil, l'usage des écrans et le petit-déjeuner.
- Réseau Nutrition de la Ville d'Aix en Provence : animation du réseau

Réunion du réseau Nutrition d'Aix en Provence autour de la création de jardins partagés



Santé nutritionnelle auprès des gens du voyage

Ce projet, financé par l'ARS PACA, s'est déroulé en partenariat avec l'association ALOTRA et l'IFSI GCSPA d'Aix-en-Provence, dans le cadre du service sanitaire des étudiants infirmiers en 2ème année.

OBJECTIFS

- Contribuer à l'amélioration de la santé nutritionnelle des gens du voyage suivis par ALOTRA sur les Bouches du Rhône
- Aider les travailleurs sociaux d'ALOTRA et les étudiants IFSI du GCSPA (CH Montperrin) en service sanitaire à monter en compétence sur cette thématique ;
- Sensibiliser les enfants et leurs familles à une meilleure nutrition, au regard des contraintes liées à leur mode de vie, culture et ressources et précarité.

DESCRIPTION DES ACTIVITES EN 2020 :

Les actions suivantes se sont déroulées :

- Des réunions d'état des lieux et de mise en place du projet avec les partenaires.

- L'accompagnement des professionnels d'ALOTRA et des élèves infirmiers de l'IFSI dans le cadre de leur service sanitaire sur la méthodologie de projets, la construction d'un questionnaire d'enquête, la réalisation d'un diagnostic, la construction de leurs séances d'animation

Le projet a touché 4 professionnels d'ALOTRA ainsi que 22 étudiants infirmiers de 2ème année en service sanitaire et 3 cadres de l'IFSI du GCSPA du CH Montperrin

Ce projet concerne les aires d'accueil des gens du voyage gérées par ALOTRA :

- Aix les Milles Le Réaltor,
- Fuveau Rives Hautes/Meyreuil
- Bouc Bel Air La Malle/Simiane
- Salon de Provence

Accompagnement à la création de mallettes pédagogiques « Santé » du dispositif MARS de la Ville de Marseille

Le dispositif «Marseille Aide à la Réussite Scolaire» (M.A.R.S) propose des ateliers dans les écoles en Éducation Prioritaire, de 16h30 à 18h, animés par des enseignants. Ils ont pour objectif d'accompagner le plus tôt possible les enfants fragiles dans les apprentissages au travers d'un processus éducatif et ludique. Une séance hebdomadaire est consacrée à la mise en œuvre d'un projet éducatif et culturel (éducation à la santé, découverte de pays...)

OBJECTIFS

Améliorer les 2 mallettes pédagogiques à destination des enseignants de cycle 2 et cycle 3 pour animer les ateliers MARS sur la santé (1 mallette portant sur la nutrition et l'hygiène bucco-dentaire et une mallette portant sur le sommeil, les écrans et la santé auditive). Une mallette a été créée pour le cycle 2 et une pour le cycle 3 pour chaque thématique, ce qui fait 4 mallettes créées. Les mallettes comportent chacune un module de 10 séances d'1 heure.

ACTIVITÉS RÉALISÉES

- Relecture des livrets de ressources pédagogiques existant
- Elaboration de la planification de l'accompagnement avec l'équipe

- 8 rencontres d'une demie journée pour analyser les contenus créés et élaborer les contenus suivants (complément avec des outils pédagogiques validés et adaptés aux tranches d'âges pour chaque objectif pédagogique tout en respectant les valeurs et principes de la promotion de la santé)
- Création d'un guide de l'animateur reprenant les bases de l'animation de groupe en éducation pour la santé, les points de vigilances et quelques éléments théoriques préalables



Accompagnements méthodologiques en éducation thérapeutique du patient

Dans le cadre de son rôle de centre ressources en ETP (Éducation Thérapeutique du Patient), le CRES PACA nous a confié la mission de conseil et d'accompagnement méthodologique, à la création, au suivi et à l'évaluation des porteurs de projets / programmes en ETP dans les Bouches-du-Rhône.

En amont de ces accompagnements, le travail de communication a consisté cette année en un mailing ciblé pour faire

connaître l'offre d'accompagnement ainsi que des relais dans les newsletters et réseaux sociaux du CoDEPS13.

6 structures de soin ont été accompagnées en 2020 dans les Bouches-du-Rhône : à Marseille et Aix en Provence.

Nous avons aussi participé à la journée régionale « séminaire des coordinateurs ETP » du CRES PACA en octobre 2020.

4 NOS ACTIONS THÉMATIQUES

RYTHMES ET HYGIÈNE DE VIE

NUTRITION, HYGIÈNE, HYGIÈNE BUCCO-DENTAIRE, SOMMEIL ET USAGE DES ÉCRANS

OBJECTIFS

- Contribuer à une meilleure santé nutritionnelle des enfants, des jeunes et des adultes de 0 à 55 ans.
- Développer des programmes spécifiques de prévention du surpoids et de l'obésité dans une démarche de promotion de la santé
- Promouvoir une alimentation équilibrée et la pratique d'une activité physique régulière.
- Promouvoir des actions d'éducation pour la santé (notamment sur hygiène, gestion du stress, etc.)
- Contribuer à une meilleure hygiène de vie (incluant les rythmes de vie/ sommeil, l'hygiène corporelle, la santé bucco-dentaire et l'usage des écrans) des enfants et des jeunes de 0 à 25 ans.

PARTENAIRES

ARS PACA, Ateliers Santé ville, Education nationale, Centres sociaux, Conseil départemental 13/PMI, association de quartier, collectivités territoriales, Préfecture des Bouches du Rhône, établissements bénéficiant des actions, ...

INTERVENTIONS	Nombre d'enfants touchés	1701
	3 à 6 ans	286
	6 à 25 ans	1415
	Nombre de parents touchés	270
	Nombre d'adultes touchés	147
	Nombre de professionnels touchés	224

Les actions d'interventions sur le terrain

Interventions directes auprès d'enfants et de jeunes de 3 ans à 25 ans, de parents d'enfants de 0 à 12 ans et de groupes d'adultes.

Le CoDEPS 13 privilégie toujours une méthode d'intervention active et soutenue par un dialogue et une réflexion. Pour cela nous utilisons différents outils et supports d'animation participatifs, ludiques, adaptés au public (âge, niveau) et lieux d'intervention. Toutes les séances permettent aux enfants de manipuler, découvrir, s'exprimer pour permettre un meilleur apprentissage et les rendre acteurs. **Les séances permettent l'acquisition de savoir-faire, savoir-être et favorisent l'autonomie et l'esprit critique.** Il nous paraît essentiel de remettre la notion de plaisir au centre des habitudes des enfants, des jeunes et de leur famille, en gardant à l'esprit les situations de précarité et les contextes de vie.

Nous essayons également au maximum d'associer les parents à toute action, même si nous constatons davantage de difficultés avec l'avancée en âge des jeunes. Faire émerger les représentations des parents, les déculpabiliser, leur donner des éléments pratiques et avoir un discours bienveillant à leur égard (valorisation) reste la priorité des temps d'échanges avec eux

PROJET SPÉCIFIQUE

JE MANGE, JE BOUGE, JE VAIS BIEN !



Ce projet spécifique est déployé depuis plusieurs années dans des établissements scolaires des Bouches-du-Rhône. Il s'agit d'une action sur l'alimentation et l'activité physique à destination de classes du CP à la 6ème, se composant de :

- 5 à 6 séances d'une heure par classe
- 2 temps d'échanges avec les parents des élèves

ACTIONS SUR AIX EN PROVENCE



Atelier
alimentation aux
Anim' d'Arbaud

INTERVENTIONS AUPRÈS D'ENFANTS DE 3 À 6 ANS ET/OU DE LEURS PARENTS :

- Ecole maternelle d'Arbaud

INTERVENTIONS AUPRÈS D'ENFANTS DE 6 À 12 ANS ET/OU DE LEURS PARENTS :

- Ecole élémentaire Joseph d'Arbaud
- Quartier Joseph d'Arbaud : Anim' d'Arbaud

ACTIONS SUR MARSEILLE

INTERVENTIONS AUPRÈS D'ENFANTS DE 3 À 6 ANS ET/OU DE LEURS PARENTS :

- Ecole maternelle Font Vert (14ème)

INTERVENTIONS AUPRÈS D'ENFANTS DE 6 À 12 ANS ET/OU DE LEURS PARENTS :

- Association Coeur de femmes (1er)
- Ecole élémentaire Hozier (2ème)

- Collège Versailles (3ème)
- Collège Pont de Vivaux (10ème)
- Ecole élémentaire Bouge (13ème)
- Ecole élémentaire Vayssière 1 (14ème)
- Collège Elsa Triolet (15ème)

INTERVENTIONS AUPRÈS DE GROUPES D'ADULTES :

- Association Atouts Femmes (10ème)

- Centre Social Romain Rolland (10ème)
- Centre social Air Bel (11ème)
- Association Femmes Famille Font Vert (14ème)
- Centre Social Les Flamant Iris (14ème)
- Centre Social Agora, (14ème)

Zoom sur un projet de structure marseillaise : CENTRE SOCIAL FLAMANTS IRIS

Au sein de ce centre social, le CoDEPS13 a mis en place un projet santé à destination de femmes, d'adolescents et d'enfants.

Avec le groupe de femmes, nous avons réalisé des ateliers autour de la santé nutritionnelle permettant de :

- échanger autour des pratiques alimentaires (conseils, idées reçues, astuces, ...) par le jeu, le débat ;
- créer/ développer du lien social à travers des activités et défis autour de l'activité physique ;

Avec le groupe d'adolescents, nous avons mis en place des séances sur la nutrition :

- participation à un temps proposant des jeux liant activité physique et apports de connaissances ;
- création de supports autour de la nutrition (des recettes et une vidéo) ;
- préparation d'un repas avec les recettes qu'ils ont créé.

En parallèle nous avons réalisé des ateliers autour des émotions en lien avec le sommeil et les écrans avec le groupe d'enfants. Les enfants ont également produit des supports à afficher dans le centre social :

- Mur photos-émotions ;
- Dessin géant « à quoi ça sert de dormir ? » ;
- Affiches sur les écrans.

Atelier nutrition avec les ados du CS les Flamants Iris : bouge ton corps, agite tes neurones !



ACTIONS SUR VITROLLES

INTERVENTIONS AUPRÈS D'ENFANTS DE 3 À 6 ANS ET/OU DE LEURS PARENTS :

- Ecole maternelle Raimu

INTERVENTIONS AUPRÈS D'ENFANTS DE 6 À 12 ANS ET/OU DE LEURS PARENTS :

- Ecole élémentaire Raimu
- Collège Camille Claudel

INTERVENTIONS AUPRÈS DE GROUPES D'ADULTES :

- Groupe d'adultes en cours de français langue étrangère (FLE) au collège Camille Claudel
- Centre social Calcaïra



Activité autour des amis et des ennemis du sommeil avec les GS de l'école maternelle Raimu

ACTIONS SUR MARIGNANE

INTERVENTIONS AUPRÈS D'ENFANTS DE 3 À 6 ANS ET/OU DE LEURS PARENTS :

- Ecole maternelle Jean Moulin
- Ecole maternelle Les Raumettes
- Ecole maternelle Parc Méditerranée

INTERVENTIONS AUPRÈS D'ENFANTS DE 6 À 12 ANS ET/OU DE LEURS PARENTS :

- Ecole élémentaire Jean Moulin

- Collège Jacques Prévert

INTERVENTIONS AUPRÈS DE GROUPES D'ADULTES :

- Groupe d'adultes en cours de français langue étrangère (FLE) au collège Jacques Prévert

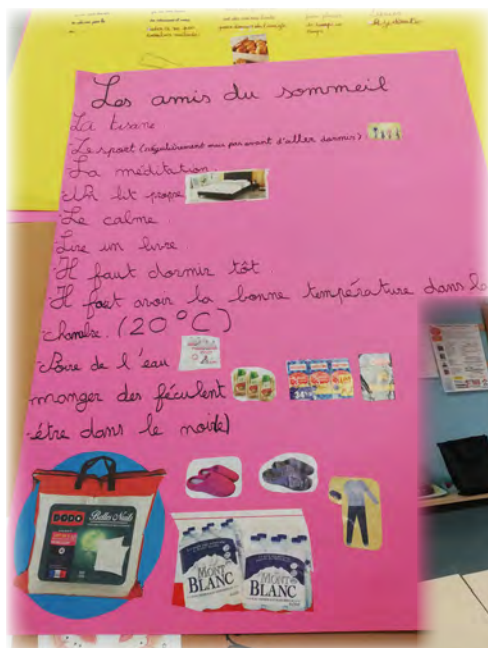
ACTIONS DANS D'AUTRES VILLES

INTERVENTIONS AUPRÈS D'ENFANTS DE 3 À 6 ANS ET/OU DE LEURS PARENTS :

- Ecole maternelle Victor Hugo (Port de Bouc)

INTERVENTIONS AUPRÈS D'ENFANTS DE 6 À 12 ANS ET/OU DE LEURS PARENTS :

- Ecole élémentaire Di Lorto (Martigues)
- Collège Marcel Pagnol (Martigues)
- Ecole élémentaire Pablo Picasso (Berre l'Etang)
- Centre social Tichadou (Port de Bouc)
- Ecole élémentaire Marcel Pagnol (Port de Bouc)
- Ecole élémentaire Jean Jaurès (Port de Bouc)
- Ecole élémentaire Victor Hugo (Port de Bouc)
- Association Di Nistoun (Tarascon)



Projet avec les CM1/CM2 de l'école Marcel Pagnol (Port de Bouc) autour des rythmes de vie : création d'affiches et goûter partagé avec les parents préparé par les enfants



Zoom sur le projet d'une association Tarasconnaise : ASSOCIATION DI NISTOUN

Un projet autour des rythmes de vie a été mis en place au sein de l'association Di Nistoun pendant l'été 2020. Ce projet est né suite au premier confinement: les professionnelles de l'association ont repéré des rythmes de vie chamboulés auprès des familles qu'elles accueillent.

Le CoDEPS13 est intervenu une journée par semaine durant 4 semaines auprès d'un groupe de 9 enfants de 7/8 ans.

Les matinées étaient destinées à de l'échange et de l'apport de connaissances autour des rythmes de vie (alimentation, activité physique, sommeil et écrans) à travers des activités ludiques/jeux coopératifs.

Les après-midis étaient destinés à la création de supports à partager aux parents. Les enfants, divisés en trois groupes ont créé :

- Trois pubs humoristiques sur les fruits et légumes, l'eau et le soleil ;
- Une petite scène de théâtre sur les rythmes de vie (sommeil et nutrition) ;
- Une chasse au trésor autour du sommeil.



Jeu coopératif autour du petit-déjeuner avec les enfants de Di Nistoun



« Ta santé, ta planète : choisis ton assiette »

Projet régional

OBJECTIF

- Renforcer la dynamique régionale sur les questions de santé environnementale en lien avec l'alimentation
- Renforcer les connaissances des jeunes pour les accompagner dans des choix responsables pour leur santé et celle de la planète
- Permettre aux lycéens sensibilisés de devenir des « consomm'acteurs » c'est-à-dire les mettre en capacité de faire des choix alimentaires responsables, favorables à leur santé et à l'environnement
- Déployer des modules d'éducation à la santé environnementale (précédemment co-construits entre acteurs de l'éducation à l'environnement et acteurs de l'éducation pour la santé), en direction d'un public jeune.

PROGRAMME

Ce projet régional est coordonné par le CRES PACA et le GRAINE PACA. Il est déployé sur les Bouches-du-Rhône en partenariat avec le FNE PACA auprès de classes de lycées. Chaque module se décline sur 5 séances de 2 heures, abordant les thématiques suivantes :

- **Séance 1 : « Mon alimentation et moi : quel consommateur suis-je ? »** : Travail sur les représentations et savoirs des lycéens.
- **Séance 2 : « Alimentation et santé »** : Apport de connaissances, renfort des compétences sur l'équilibre alimentaire (repères de consommation, groupes d'aliments et apports nutritionnels, équivalence, activité physique...).
- **Séance 3 : « Alimentation et environnement »** : Apport de connaissances, renfort des compétences sur l'impact de l'alimentation sur l'environnement (impact des modes de production sur la planète, gaspillage alimentaire, saisonnalité, circuits courts, agriculture biologique...).
- **Séance 4 : « Mon alimentation et moi, je deviens un consomm'acteur »** : Apport de connaissances et renfort des compétences pour développer son esprit critique (décrypter les étiquettes, impact de la publicité sur nos actes d'achat, marketing, labels, mieux consommer, budgets...).
- **Séance 5 : « Mon alimentation et moi, je suis un consommacteur »** : Mise en pratique des connaissances acquises. Ateliers pédagogiques (lecture d'étiquettes des produits, dégustation, Synthèse des acquis...)

En 2020, le projet a touché :

- 6 groupes d'élèves du lycée professionnel Gustave Eiffel (Aubagne) soit 80 élèves et 6 professionnels
- 4 groupes d'élèves du lycée Marie Curie (Marseille) soit 70 élèves et 4 professionnels

Chaque année, deux réunions régionales réunissent l'ensemble des acteurs régionaux impliqués dans ce projet.



Atelier en classe au lycée Gustave Eiffel (Aubagne)



« Decryp'teen : les bons choix alimentaires à l'adolescence »

Action éducative du Conseil Départemental des Bouches-du-Rhône

OBJECTIFS ET PROGRAMME

- Développer les compétences des jeunes pour devenir des consommateurs éclairés et citoyens dans leurs choix alimentaires.

◆ 1er atelier : Présentation et travail sur les représentations

- Créer une dynamique de groupe
- Faire s'exprimer les participants sur leurs représentations vis-à-vis de leurs pratiques alimentaires
- Prendre conscience des multiples facteurs déterminant notre comportement alimentaire

◆ 2ème atelier : Moi et mon alimentation

- Appréhender la variété des comportements individuels au travers des déterminants de l'alimentation.
- Faire prendre conscience aux jeunes de l'impact de leurs pratiques alimentaires (individuel, social, environnemental, ...)

◆ 3ème atelier : Le monde et mon alimentation

- Développer le sens critique des jeunes vis-à-vis de la publicité et du marketing alimentaire
- Savoir décrypter un packaging alimentaire

CLASSES RÉALISÉES EN 2020

2019/2020

- 5 classes de 5èmes au collège Alexandre Dumas (Marseille 14ème) soit 96 élèves et 5 professionnels
- 5 classes de 5èmes au collège Edouard Manet (Marseille 14ème) soit 96 élèves et 5 professionnels
- 3 classes de 5èmes au collège Edouard Manet (Marseille 14ème) soit 64 élèves et 3 professionnels
- 1 classe de 5ème au collège Clair soleil (Marseille 14ème) soit 24 élèves et 2 professionnels

2020/2021

- 1 classe ULIS au collège Louis Pasteur (Marseille 9ème) soit 10 élèves et 3 professionnelles
- 3 classes de 5èmes au collège Edouard Manet (Marseille 14ème) soit **70 élèves et 5 professionnels**

SANTÉ AUDITIVE



« Ecoute tes oreilles »

Programme régional

Déclinaison départementale d'un projet régional, coordonné par le CRES-PACA et le graine PACA, en partenariat avec les Académies d'AIX MARSEILLE et de NICE.

OBJECTIFS :

- Prévenir les risques auditifs et extra-auditifs auprès des préadolescents.
- Mettre en œuvre un module d'éducation à la santé environnementale intitulé « Les préados : citoyens de leurs environnements sonores et acteurs de leur santé » auprès de groupes de collégiens du département.

DESCRIPTION DES ACTIVITÉS

Le programme se décline en deux modules de 2 heures par classe :

- Module 1 : contact avec les élèves, récupération du questionnaire avant, distribution du livret élève (fil conducteur des 2 séances), physique du son (diverses

expériences), physiologie de l'oreille, positionnement de l'élève dans un environnement sonore

- Module 2 : travail sur les risques auditifs et extra auditifs, distribution et travail sur la réglette « sourdiriques », témoignages divers, manipulations de bouchons d'oreilles, distribution du questionnaire après au binôme IDE/Enseignant

26 séances ont été réalisées au total et 350 collégiens ont été touchés (classes de 6èmes)

- Collège Simone Veil, Chateaufort : 250 élèves de 6ème, touchés
- Collège Estaque, Marseille : 100 élèves de 6ème touchés
- 1 Collège à été reporté à cause de la crise sanitaire (Arles)

5 NOTRE PÔLE RESSOURCES

L'OFFRE ET LES SERVICES

Diffusion de documentation

Notre catalogue Difenligne <https://www.codeps13.org/difenligne/> propose désormais 500 références autour de la santé, dont 186 affiches et 130 brochures et dépliant.

En 2020, plus de 24.300 documents ont été diffusés sur le territoire des Bouches-du-Rhône.



LE CODEPS ASSURE LA DIFFUSION DE LA DOTATION ARS DE MATERIEL DE PREVENTION SEXUELLE DANS LES BOUCHES-DU-RHONE

En novembre 2020, la délégation départementale de l'ARS nous a transféré l'activité de diffusion de préservatifs auprès des acteurs de prévention sur la dotation de Santé Publique France. Cette dotation concerne les opérateurs publics ou privés ayant pour activité principale la prévention et la promotion de la santé sur le long terme et en direction des populations très exposées et/ou en grande difficulté sociale :

- Associations menant des actions auprès des publics exposés (usagers de drogue, travailleurs du sexe, migrants, etc.) pour leur permettre d'assurer toute l'année une diffusion régulière,
- Diverses structures sanitaires et sociales (CeGIDD, réseaux ville-hôpital, PMI, CPEF, centres médico-sociaux, etc.),
- Associations généralistes travaillant à des actions de mobilisation nationale (1er décembre) pour sensibiliser le public à l'utilisation de ces moyens de prévention ou lors d'événements ponctuels non récurrents incluant des actions de prévention de l'infection à VIH/SIDA,

- La procédure de demande a été simplifiée pour les acteurs avec la création d'un formulaire en ligne : <https://fr.surveymonkey.com/r/FHZBF3L>
- Une large campagne de communication a été réalisée : <https://www.codeps13.org/agenda/actualites/diffusion-du-materiel-de-prevention-preservatifs-dans-les-bouches-du-rhone>
- Près de 53 000 préservatifs ont été distribués auprès des acteurs des Bouches-du-Rhône en 2020.



La pédagogothèque

BIB

BOP

Chiffres clés bib bop

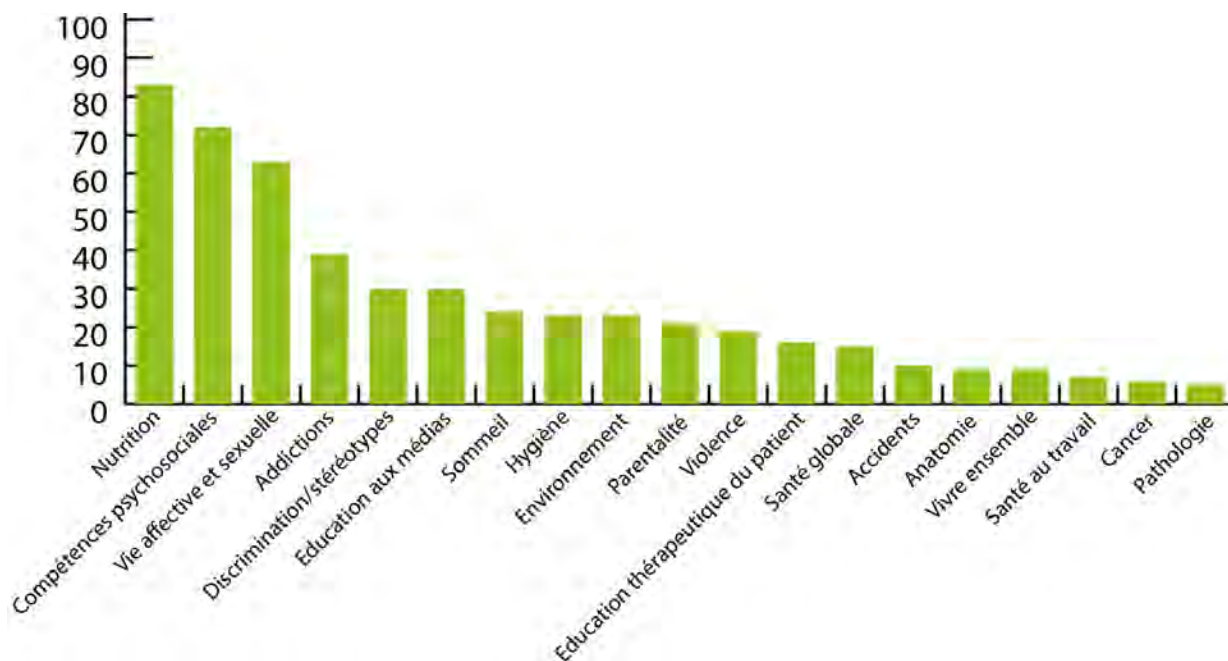
Le Codeps13 contribue à l'alimentation de la base de données bibliographiques et d'outils pédagogiques en éducation et promotion de la santé : <https://www.bib-bop.org/>

Bib-bop propose en 2020 :

- 22 820 notices bibliographiques
- 4 707 outils pédagogiques
- 47 667 visiteurs de bib-bop.org en 2020 (2 757 de plus qu'en 2019)

500 outils pédagogiques sont désormais disponibles dans notre Pôle ressources (+42 nouveautés en 2020) :

- 128 mallettes pédagogiques
- 115 ouvrages
- 105 jeux
- 62 DVD
- 29 CD Rom
- 26 photoexpressions
- 22 expositions
- 13 matériels de démonstration
- 8 CD



Cette année, 2 nouvelles thématiques ont été ouvertes dans la pédagogothèque, pour répondre aux besoins des publics :

- Santé globale qui propose des outils permettant de travailler sur différentes thématiques de santé à la fois, comme le jeu Pass'Santé Jeunes, réalisé par l'IREPS Bourgogne Franche-Comté, qui favorise l'acquisition de connaissances autour de plusieurs thématiques de santé (addictions, nutrition, usages d'Internet, relations aux autres, vie affective et sexuelle, sommeil et hygiène, environnement, etc.)



- Pathologie pour rassembler les outils pédagogiques autour de la Covid-19



NOUVEAU CLASSEMENT DES OUTILS PEDAGOGIQUES

Un nouveau plan de classement a été mis en place pour mieux identifier les thématiques et les publics visés par les outils et pour faciliter le rangement. Un groupe de travail interne a élaboré un nouveau plan de classement adapté à notre pédagogie puis la base de données <https://www.bib-bop.org/> a été mise à jour et toute la signalétique refaite.

Armoire 1

NUT	Nutrition
ENV	Environnement
ANAT	Anatomie
ACC	Accident
GLOB	Santé globale

00	Jeune enfant
01	Enfant
02	Ado
03	Adulte
04	Handicap
05	Pop défavorisée
06	Senior
07	Pop immigrée
08	Pop carcérale
10	Tout public

Par exemple, si je cherche :

L'expo sur la nutrition pour les enfants « Bien dans mes baskets ! »

NUT.01.LIG

Des activités de santé globale à réaliser avec des personnes âgées

GLOB.06.ALL

Ces lettres sont les premières lettres de l'adresse ou de l'auteur !

Armoire 2

CPS	Compétences psychosociales
VIV	Vivre ensemble
VIO	Violence
ADD	Addictions
DISCR	Discrimination/ Stéréotypes

00	Jeune enfant
01	Enfant
02	Ado
03	Adulte
04	Handicap
05	Pop défavorisée
06	Senior
07	Pop immigrée
08	Pop carcérale
10	Tout public

Par exemple, si je cherche :

L'outil pour les enfants « retour au calme »

CPS.01.LAP

La mallette addiction pour les ados « KANCETON »

ADD.02.ASS

Ces lettres sont les premières lettres de l'adresse ou de l'auteur !

Armoire 3

MED	Éducation aux médias
HYG	Hygiène
VAS	Vie affective et sexuelle
SOM	Sommeil
PAR	Parentalité

00	Jeune enfant
01	Enfant
02	Ado
03	Adulte
04	Handicap
05	Pop défavorisée
06	Senior
07	Pop immigrée
08	Pop carcérale
10	Tout public

Par exemple, si je cherche :

Le jeu sur l'éducation aux médias pour les adultes « educ'ecrans »

MED.03.ECO

Le jeu d'éducation à la vie affective et sexuelle pour les personnes en situation de handicap

VAS.04.KES

Ces lettres sont les premières lettres de l'adresse ou de l'auteur !

Des dossiers thématiques pour accompagner les formations du CoDEPS

5 DOSSIERS CRÉÉS EN 2020 :

- Savoir Senior Santé
- A chacun son rythme
- Atelier nutrition
- Méthodologie de projets
- Santé au travail

4 DOSSIERS MIS À JOUR :

- Usage des écrans
- Rythme de vie des 0-6 ans
- Vie affective et sexuelle des jeunes
- Compétences psychosociales



Techniques d'animation en éducation et promotion de la santé
Dossier documentaire
Dossier réalisé en collaboration avec le CoDES Vaucluse



A chacun son rythme
Dossier thématique
Santé globale, nutrition, sommeil, usage des écrans pour les enfants et les adolescents.



Usage des écrans
Dossier thématique



Rythmes de vie du jeune enfant (alimentation, activité physique et sommeil)
Dossier thématique



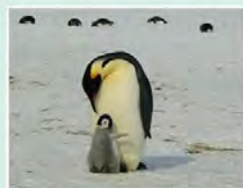
Vie affective et sexuelle des jeunes
Dossier thématique



Savoir Senior Santé. Comprendre les fondamentaux de l'équilibre alimentaire des seniors pour mieux les accompagner
Dossier thématique



Ressources autour du sommeil
Colloque 2018 : "Promotion du sommeil : agir auprès des publics"



Ressources autour de la parentalité
Colloque 2019 : "Quelles pratiques parentales pour les pères ?"

Accès aux dossiers : <https://www.codeps13.org/documentation/dossiers-thematiques-en-ligne>

Le réseau documentaire CRES / CoDES Paca

Des rencontres de travail mensuelles, animées par le CRES, sont organisées pour améliorer la qualité des services documentaires et engager des travaux collectifs. Elles permettent de contribuer à la professionnalisation et l'harmonisation des pratiques documentaires des chargés de documentation du réseau IREPS Paca.

Cette année, plusieurs activités ont été réalisées :

- Réflexion sur la refonte de <https://www.bib-bop.org/> et repérage des bugs de la version test
- Nettoyage et mise à jour du catalogue en ligne commun Difenligne
- Nettoyage et optimisation de l'organisation de la base de ressources communes Symbaloo
- Découverte et analyse de 3 outils pédagogiques : D'Stress, Pionce à donf, SeduQ
- Webinaire Mois sans tabac 2021 : réflexion sur le choix d'outils pédagogiques à présenter en fonction du public

inscrit et de ses attentes, mais aussi de l'accessibilité des outils

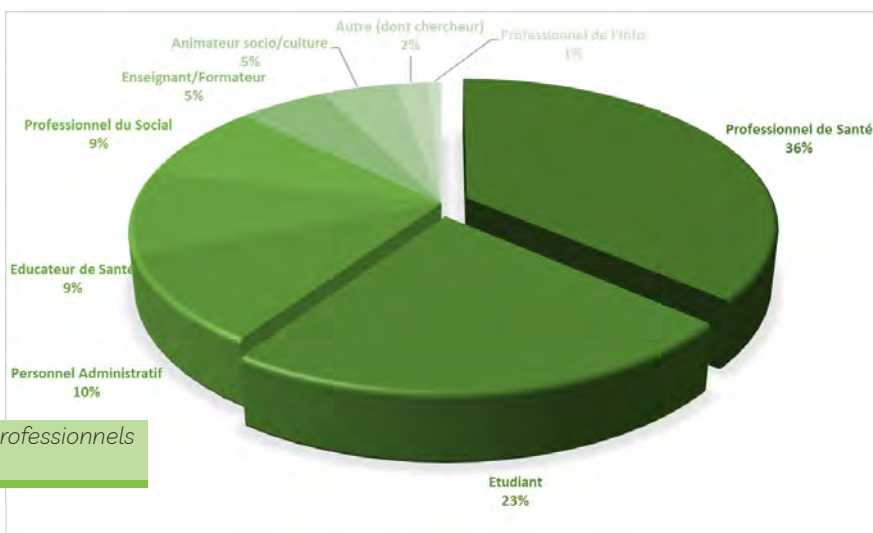
- Echanges et partages d'outils autour de l'hygiène des mains
- Réflexion et partages d'expériences sur l'adaptation de nos pôles ressources au nouveau contexte sanitaire



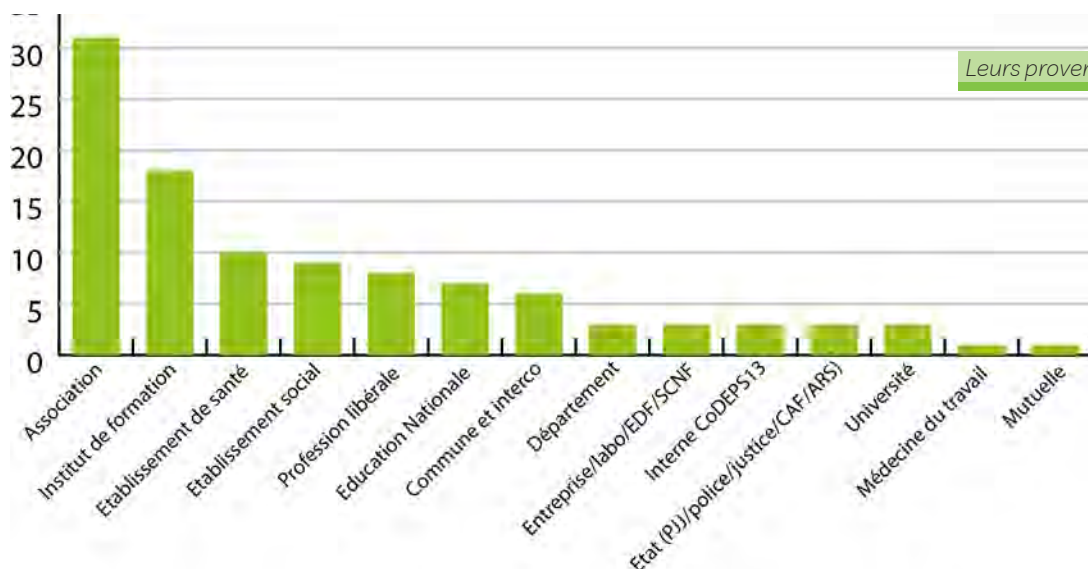
LES BÉNÉFICIAIRES

Sur 9 mois d'ouverture au public en 2020, le pôle ressources a accueilli 375 acteurs provenant des champs du sanitaire, du social, du médico-social, de l'éducatif, dont 41 à l'antenne relais du CIAS de Martigues.

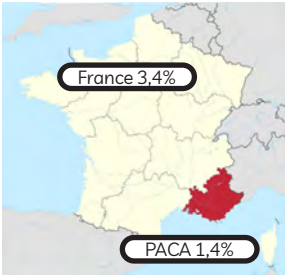
- 85% de femmes
- 65% exerçant à Marseille
- 47% nous ont sollicités plusieurs fois
- 17% ont suivi une formation du CoDEPS13



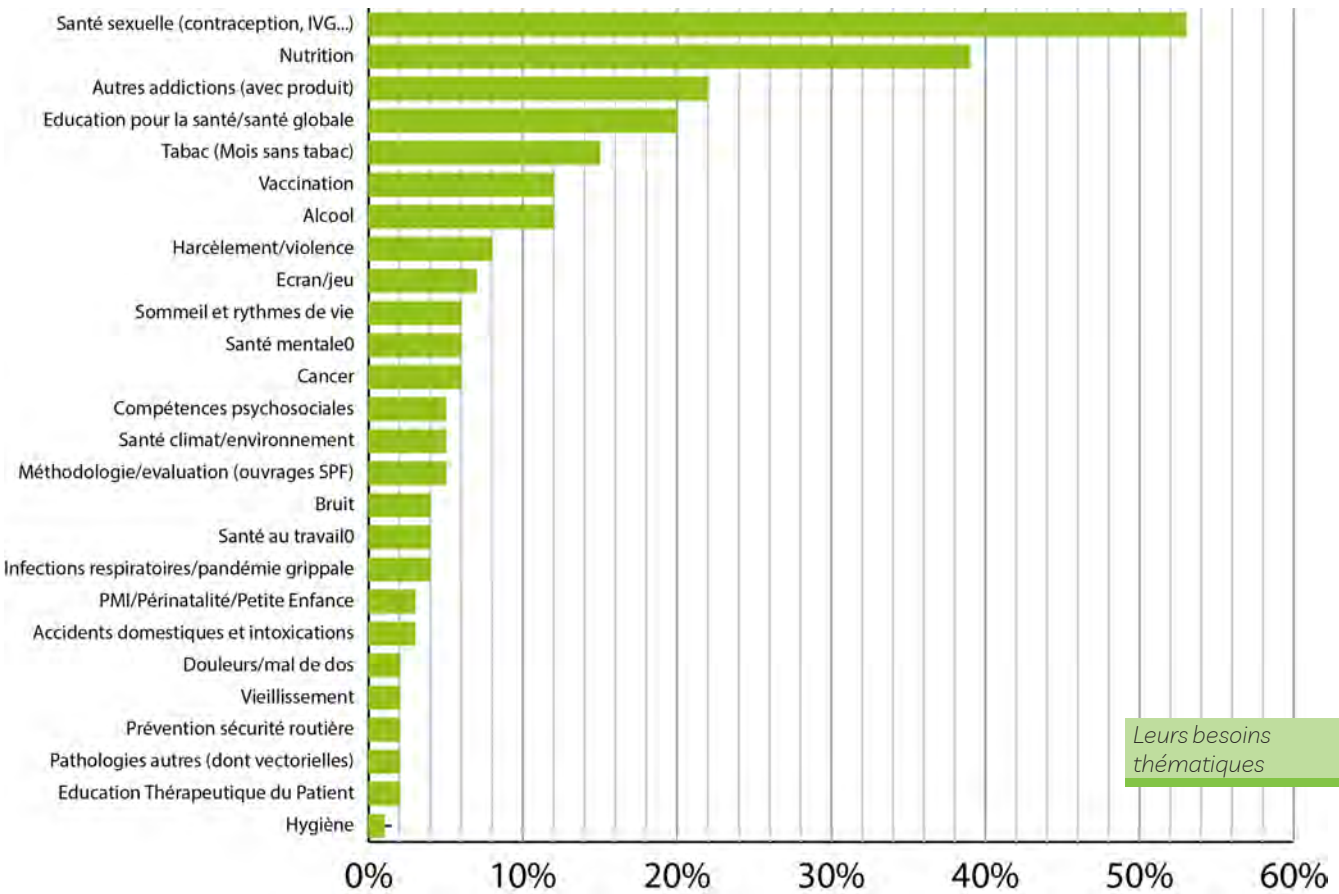
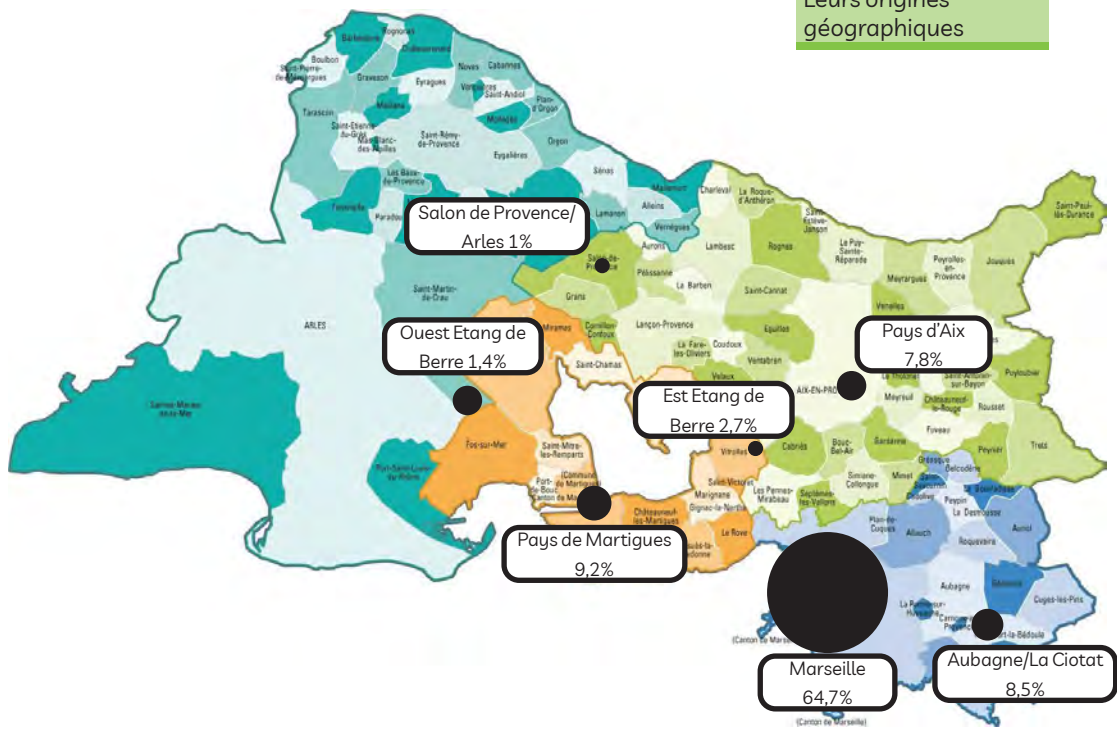
Types de professionnels touchés



Leurs provenances



Leurs origines géographiques



Leurs besoins thématiques



Les réponses apportées

Le Pôle ressources de Marseille et l'antenne de relais de Martigues ont proposé en 2020 :

◆ 292 prêts d'outils pédagogiques

Top 5 des thématiques d'outils les plus empruntés :

1. Nutrition
2. Addictions (aux produits + usage des écrans)
3. Santé sexuelle et vie affective
4. Compétences psychosociales (incluant estime de soi, esprit critique, gestion des émotions, gestion du stress, discriminations, violence, vivre ensemble...)
5. Hygiène et sommeil (demandes constantes)

Les bénéficiaires cherchent à être outillés sur les mêmes thématiques que les années précédentes, à la différence qu'en 2020, une nouvelle demande a émergé de manière importante sur les addictions. Les outils pédagogiques liés à cette thématique font en 2020 partie des plus empruntés. Cette demande est probablement contextuelle, liée à la crise de la Covid-19 qui a modifié les pratiques de consommation de substances psycho-actives et augmenté le temps passé devant les écrans.

On note également un intérêt croissant pour des outils de santé globale, souvent utilisés en animation « brise-glace », afin d'évaluer les connaissances des publics et cerner leurs préoccupations.

◆ 151 recherches documentaires et envois de ressources numériques

Cette année, plus d'un quart des demandes a été traitée à distance, par l'envoi de ressources numériques (affiches, flyers mais aussi outils pédagogiques en ligne, sites internet res-

sources, etc.). Deux facteurs expliquent cette augmentation de types de réponse : la crise sanitaire avec ses restrictions sur l'accueil du public en présentiel mais également l'augmentation progressive d'outils et ressources disponibles uniquement en format numérique.

◆ 150 diffusions de documentation (24 300 documents diffusés)

- ◆ 104 présentations d'outils pédagogiques
- ◆ 46 présentations du Codeps13 et du réseau
- ◆ 34 orientations externes
- ◆ 30 conseils méthodologiques

Proposés pour moitié à des étudiants en service sanitaire, les autres sollicitations venant de professionnels de santé ou de travailleurs sociaux. Les principaux thèmes sur lesquels portent ces demandes sont : la nutrition, les addictions, la santé sexuelle, l'hygiène et hygiène bucco-dentaire, la santé globale. 77% des conseils méthodologiques ont concerné des acteurs exerçant à Marseille.

◆ 26 orientations vers le réseau Cres/CoDES (IREPS Paca)

Conseils méthodologiques auprès des étudiants en service sanitaire

On note une forte augmentation des demandes d'étudiants au Pôle ressources, en particulier des IFSI (ils représentaient 15% de nos publics en 2019 contre plus de 23% en 2020), qui illustre une identification claire de notre structure comme ressource par ces futurs professionnels de santé et leurs cadres formateurs dans le cadre du service sanitaire.

51 groupes d'étudiants en service sanitaire ont été accueillis au Pôle ressources en 2020, provenant principalement des IFSI basés à Marseille mais également de l'IFSI d'Aubagne, de la faculté de médecine et de l'école de maïeutique.

Les besoins concernaient principalement de l'accompagnement méthodologique pour construire des séances de prévention dans des établissements scolaires autour de 3 thématiques : Alimentation et activité physique, hygiène bucco-dentaire et addictions (y compris usage excessif des écrans)

Les réponses apportées :

- Recherches documentaires et envoi de ressources numériques : 69% des cas
- Diffusion (affiches, dépliants...) : 45% des cas
- Conseil méthodologique : 39% des cas
- Présentation d'outils pédagogiques : 36% des cas
- Prêt : 25% des cas

- Présentation du réseau IREPS, des bases de données : 18% des cas
- Orientation extérieure : 14% des cas
- Un accompagnement spécifique a pu être réalisé auprès des étudiants de l'IFSI la Blancarde : en janvier 2020, 3 demi-journées thématiques leur ont été proposées sur la posture éducative, la construction d'une séance et la découverte d'outils pédagogiques (nutrition, addictions, écrans).
- Un support écrit de présentation du réseau Cres/CoDES et des bases de données bib-bop et Oscars Santé, accompagné d'exercices d'entraînement, a été fourni aux étudiants en 2ème année de l'IFSI Nord et de l'IFSI Sud, en remplacement des 4 séances prévues en présentiel qui ont dûes être annulées en septembre 2020 à cause de la crise sanitaire.

6 NOS MISSIONS DE COMMUNICATION

Le développement de l'activité du site Internet

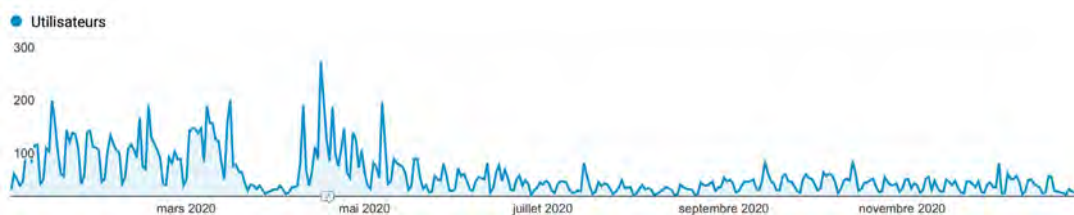
<https://www.codeps13.org/>

En 2020, le site internet du Codeps13 a reçu presque 11.000 visiteurs.

Plus de 17% d'utilisateurs sont réguliers, chiffre en hausse qui illustre la bonne identification du site internet et la fidélisation du public.

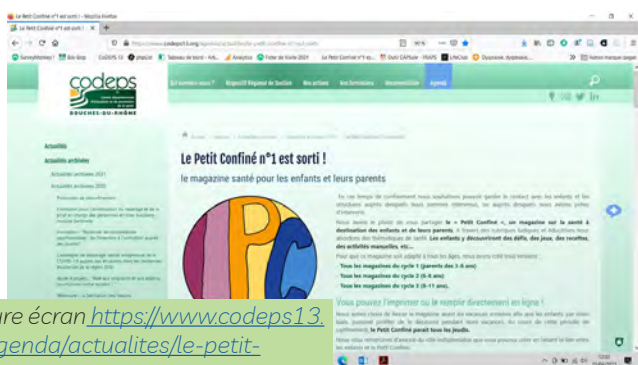
L'origine géographique des visiteurs est principalement nationale mais on note cette année plus d'une centaine de visites provenant de Belgique et autant provenant du Canada. Elles correspondent à la période des parutions de nos magazines santé. En France : 40% des visiteurs sont originaires de la région Paca, 20% d'île de France, 9% d'Occitanie, 5% de Nouvelle Aquitaine.

En 2020, le site internet a maintenu son activité de communication habituelle avec la publication de 80 actualités de partenaires et 57 annonces de formations et nouveautés documentaires.



Les 5 pages les plus consultées (en dehors de la page d'accueil) :

1. L'annonce de la sortie du 1er numéro du magazine Le Petit Confiné dans la rubrique Agenda (2 104 connexions)



Capture écran <https://www.codeps13.org/agenda/actualites/le-petit-confine-n1-est-sorti->

2. Les formations et ateliers du CoDEPS13 (1 805 connexions)
3. La rubrique >Documentation (728 connexions)
4. Les affiches de prévention Covid-19 (703 connexions)
5. La page regroupant les Petit Confiné (607 connexions)

Le site Internet a permis en outre de maintenir un lien avec nos partenaires et publics durant les périodes de confinement avec :

- la mise à disposition de nos magazines Le Petit Confiné et Le (Dé)confiné
- le recueil et la transmission de ressources et actualités autour de la crise sanitaire qui a marqué l'année 2020.

Les pics d'audience se situent dans la période du 1er confinement entre mars et mai 2020, période de forte activité de communication avec des mises à jour quotidiennes du site Internet

Migration du site Internet vers Arkothèque v.7



Le site internet du Codeps13 est porté depuis sa création par la solution de gestion Arkothèque, créée par l'agence 1=2. Cette année, le site a migré sur la version 7 d'Arkothèque, proposant de nouvelles fonctionnalités :

- site responsive, adaptés à tous les supports : pc, mobile, tablette. En 2020, 1 visiteurs sur 3 a consulté le site sur un mobile.
- fonctionnalité de recherche dans le site
- ouverture des commentaires
- amélioration de la visualisation des images
- nouveaux contenus proposés : chiffres clés, dates, citations, etc.

2 personnes de l'équipe ont été formées à l'utilisation de cette nouvelle version et pour assurer la migration.

Les réseaux sociaux :

Cette année est marquée par une très forte implication du CoDEPS13 sur les réseaux sociaux.

TWITTER

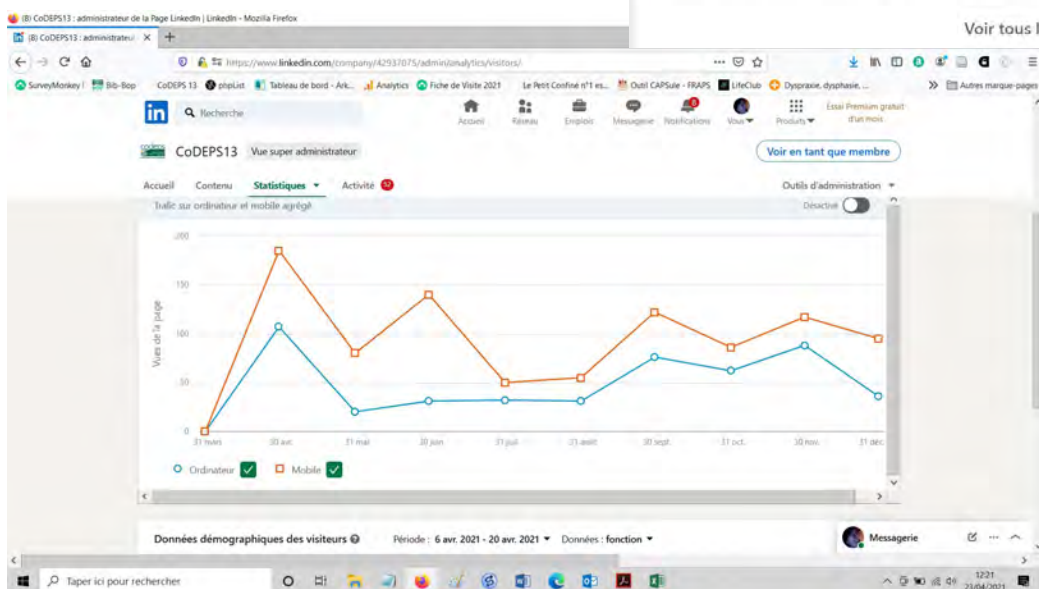
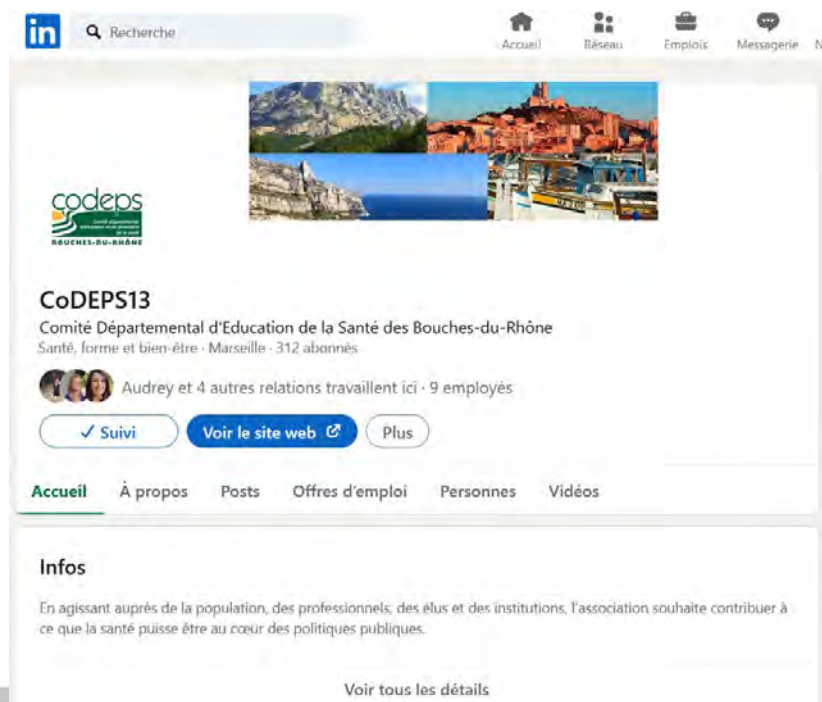
Twitter @codeps13 : 241 abonnés (+ 64 nouveaux abonnés en 2020). 83 tweets postés en 2020

LINKEDIN

Parallèlement un compte LinkedIn CoDEPS13 a été créé au moment de la création du projet des « Petit Confiné » pour en assurer la diffusion la plus large possible durant la 1ère période de confinement.

Il a connu un succès rapide : 231 abonnés depuis sa création en avril 2020, dont :

- 45% viennent de la région de Marseille
- 15% de la région de Paris
- 11% de la région de Lyon



La newsletter

30 NEWSLETTERS ENVOYÉES :

◆ 11 lettres d'information mensuelles du Codeps13

Types d'informations relayées : formations et ateliers du Codeps13, appels à projets, nouveautés coté doc, agenda santé dans les Bouches-du-Rhône, relai de formation et événement de partenaires (type Cres, COREVIH, etc.), campagnes nationales de prévention, actualités sur la Covid-19 (relais des mesures prises dans les Bouches-du-Rhône, des numéros d'urgence, outils pour gérer le stress dû au confinement et favoriser l'activité physique, outils pour les enseignants lors du déconfinement, affiches et supports autour du coronavirus, gestes barrières, vaccination...)

◆ 16 annonces de sorties de nos magazines « Le

« Petit confiné » et « le (Dé)confiné »

◆ 3 newsletters spécifiques

3 319 abonnés à la newsletter mensuelle du Codeps13 (3260 en 2019)

Newsletter les plus consultées :

https://www.codeps13.org/newsletter/la_lettre_du_co-deps13/5ea1783ee6cf2

https://www.codeps13.org/newsletter/la_lettre_du_co-deps13/5f51e50da07c8

https://www.codeps13.org/newsletter/la_lettre_du_co-deps13/5f032687432b6

Le relai des campagnes de prévention

Une rubrique dédiée aux campagnes est proposée sur le site Internet du CoDEPS13 : « Nos actions » > « Campagnes de prévention » : [https://www.codeps13.org/nos-actions/cam-](https://www.codeps13.org/nos-actions/cam-pagnes-de-prevention)

[pagnes-de-prevention](https://www.codeps13.org/nos-actions/cam-pagnes-de-prevention)

Les campagnes suivantes ont été relayées sur le site internet du Codeps13, sur la newsletter et sur les réseaux sociaux.



Moi(s) sans tabac

- Participation aux Comités de pilotage organisés par le Cres Paca
- Mise à disposition d'affiches, dépliants et de kits d'aide à l'arrêt au Pôle ressources du CoDEPS13 : 1343 ressources distribuées.
- Relai des actions menées dans la région Sud Paca (formations, webinaires, réseaux sociaux...)
- Relai des outils pour aider au sevrage tabagique
- Relai d'appel à projets en lien avec le Moi(s) sans tabac



Semaine européenne de la vaccination

- Participation au comité de pilotage
- Relai des sites ressources sur le sujet, de vidéos explicatives
- Mise à disposition d'affiches et dépliants au Pôle ressources du CoDEPS13



Journée internationale de la lutte contre le Sida

- Relai de la Grande braderie de la mode de AIDES
- Mise à disposition d'affiches et dépliants au Pôle ressources du CoDEPS13
- Distribution de matériel de prévention (préservatifs internes et externes) mis à disposition par Santé Publique France auprès des structures concernées (type Planning familial, CeGIDD, Amicale du Nid, etc.)



Mars bleu

- Participation aux comités de pilotage
- Relai des stands d'informations proposés par les centres hospitaliers de Marseille
- Course Marseille bleue
- Mise à disposition d'affiches et dépliants au Pôle ressources du CoDEPS13



Octobre rose

- Participation au comité de pilotage Relai des éléments de communication et d'informations du CRCDC Sud
- Promotion de l'application mobile « mon dépistage cancer »
- Mise à disposition d'affiches et dépliants au Pôle ressources du CoDEPS13

7 2020, UNE ANNÉE D'ADAPTATION

DE NOUVELLES FORMATIONS

FORMATION À DISTANCE

« Covid-19 : mieux comprendre pour mieux agir »

La formation « Covid-19 : mieux comprendre pour mieux agir » a été conçue par le CRES PACA à l'attention des professionnels-relais pour répondre aux besoins d'information et de compréhension de l'épidémie et des mesures de prévention. Le CoDEPS 13 a mis en place 6 sessions de cette formation en visioconférence dans le cadre des actions « Pour mieux comprendre le coronavirus » et financée par l'ARS et la Région.

OBJECTIFS

- Disposer d'une information fiable et précise sur l'épidémie de SARS-COV-2
- Comprendre les enjeux de l'application des mesures barrières et mesures de prévention
- Répondre aux doutes et représentations sur l'épidémie de SARS-COV-2 et les moyens de prévention

CONTENU

La formation aborde 7 grandes thématiques autour de l'épidémie liée à la Covid-19 :

- Le virus SARS-COV-2
- L'épidémie
- Les diagnostics
- Les mesures barrières
- Les essais en cours
- Confinement
- Vivre avec la Covid-19

Nombre de professionnel-le-s touchés : 104 participants

FORMATION À DISTANCE

« Aider les familles à mieux vivre la situation sanitaire : comprendre l'actualité et gérer ses émotions »

FORMATION À DISTANCE

Aider les familles à mieux vivre la situation sanitaire

Comprendre l'actualité et gérer ses émotions

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Savoir comment aborder les informations liées à la crise sanitaire avec le public
- Apprendre à développer l'esprit critique des publics vis-à-vis de l'information
- Découvrir comment travailler la gestion du stress et des émotions avec les publics

PROGRAMME

COVID19 : les dernières données scientifiques validées
Postures en éducation pour la santé en lien avec les enjeux sanitaires et la promotion des mesures préventives
Les compétences psychosociales : une ressource pour mieux gérer la situation
Techniques d'animation et outils pour travailler avec les publics
Echanges de pratiques entre professionnels

MODALITÉS

A destination des travailleurs sociaux et professionnels du péri-scolaire des Bouches-du-Rhône
Module de 3h en distanciel
Sur la plateforme Zoom (un accès individuel est envoyé à l'inscription)
Formation gratuite
Démarche participative alternant apports théoriques et échanges avec le groupe
Inscription obligatoire : 20 participants par session maximum

CALENDRIER (une session en 2h30)

- 17 nov 2020 de 13h à 16h
- 18 nov 2020 de 14h30 à 17h30
- 23 nov 2020 de 13h à 16h

RENSEIGNEMENTS

Chargée de projets
Corinne BRUNET - 06 66 46 16 72
corinne.brUNET@coDEPS13.org

Déborah LECLEPQ - 06 46 21 52 44
deborah.leclepQ@coDEPS13.org

coDEPS 13
RESEAU DÉPARTEMENTAL

ARS
cgpt

Plusieurs coordonnateurs Atelier Santé Ville des Bouches du Rhône nous ont fait remonter les difficultés de nombreuses structures à accompagner leurs publics dans le cadre de la crise sanitaire ; notamment, l'esprit critique face à l'information, les gestes à suivre et la gestion du stress et des émotions. Le CoDEPS 13 a donc organisé 4 formations d'une demie journée en visioconférence à destination des professionnels du péri-scolaire et des centres sociaux des Bouches-du-Rhône.

OBJECTIFS

- Savoir comment aborder les informations liées à la crise sanitaire avec le public
- Apprendre à développer l'esprit critique des publics vis-à-vis de l'information
- Découvrir comment travailler la gestion du stress et des émotions avec les publics

PROGRAMME

- COVID19 : les dernières données scientifiques validées
- Postures en éducation pour la santé en lien avec les enjeux sanitaires et la promotion des mesures préventives
- Les compétences psychosociales : une ressource pour mieux gérer la situation
- Techniques d'animations et outils pour travailler avec les publics
- Echanges de pratiques entre professionnels

Nombre de professionnel-le-s touchés : 54

« Très bonne initiative pour continuer à informer et échanger autour de la pandémie avec des publics souvent fragiles »

« La formation m'enrichit en réflexion et en outils pour mieux les adapter aux accompagnements »

Action de dépistage CoVID19 des étudiants avec la croix blanche

Dans le cadre de la campagne de dépistage antigénique CO-VID19 auprès des étudiants de la région, organisée/ financée par la Région PACA Sud et l'ARS PACA en fin d'année 2020, le CoDEPS13 a assuré la coordination d'un programme régional mobilisant tous les comités départementaux d'éducation pour la santé de PACA. Ce programme consistait à :

- Former les équipes de la Croix Blanche assurant le dépistage des étudiants dans les Cités universitaires ; formation sur « postures et attitudes facilitantes en éducation pour la santé en lien avec le dépistage et l'accompagnement des étudiants », réalisation de 2 sessions de formation dont une animée par le CODEPS13 et l'autre par les collègues de Nice.
- Sensibiliser les acteurs du monde étudiants par des temps en distanciel aux enjeux de la crise sanitaire



COVID et aux approches de prévention, (assurés aussi par les collègues des départements voisins)

- Animer des stands de sensibilisation sur la prévention de la COVID (dépistages, gestes barrières, prise en charge, vaccins, gestion du stress et des émotions ou des conséquences psychosociales, etc.) dans les cités universitaires lors des opérations de dépistage rapide de la Croix Blanche sur le mois de Décembre



Nous sommes intervenus sur 4 sites d'Aix Marseille Universités

suivants : Cité Cuques à Aix en Provence et sur les CROUS de Luminy, Gaston Berger et Cité Cornil à Marseille. Les autres CoDES sont intervenus sur les CROUS et Cités U de leurs départements.

Environ 234 étudiants sont venus échanger sur les stands.

« CONTINUITE EDUCATIVE »

Projet de la politique de la ville de Marseille.

OBJECTIF :

- Renforcer les actions de prévention dans les quartiers prioritaires de la ville de Marseille au regard de la crise sanitaire SARS-Cov2/COVID19 par une démarche d'éducation pour la santé adaptée aux populations de ces quartiers
- Accompagner les professionnels et bénévoles des équipements de proximité dans la mise en place d'actions de prévention santé en réponse à la situation sanitaire SARS-Cov2/COVID19
- Sensibiliser la population des quartiers prioritaires de la ville de Marseille par des actions collectives d'éducation pour la santé sur les thématiques liées aux représentations sur le virus SARS-Cov2/COVID19, hygiène/gestes barrières et au vécu de la situation sanitaire, la gestion du stress occasionné et des émotions ressenties, la relation parents enfants, les rythmes de vie (sommeil, écrans), la nutrition.

La crise sanitaire inédite que nous avons connu en 2020 ainsi que la mise en place du confinement a permis de mettre en exergue l'apparition de nombreux besoins auxquels le projet continuité éducative se destine à répondre.

DESCRIPTION DES ACTIVITÉS :

- 3 à 4 Ateliers d'1 à 2h à destination d'1 ou deux groupes d'enfants par structure et d'âges homogènes (3-15 ans) et une rencontre « parents » des groupes d'enfants bénéficiaires des ateliers.
- 2 Ateliers parents enfants de 2h.

En 2020, 153 enfants, 8 parents et 22 professionnels ont été touchés dans les structures suivantes :

- Centre social Bernard Dubois, Marseille 1er
- Centre social Bausseque, Marseille 2e
- Centre social les lilas, Marseille 13e
- Centre social Flamants iris, Marseille 14e
- Association « Femmes Familles, Font-Vert » 14e
- Centre social Agora, Marseille 14e
- Centre social « les Musardises », marseille 15e
- Centre social les Bourrely, Marseille 15e
- Centre social de l'Estaque, Marseille 16e

Zoom sur le projet « continuité éducative » au centre social « les Bourrely ».

Le projet a porté sur l'expression des émotions et le vécu de la situation sanitaire, mais aussi sur les besoins de connaissances sur le virus, de compréhension de la situation et mieux connaître les gestes barrières à adopter.

Un groupe de 10 à 14 enfants, accompagné de 2 animateurs à chaque séance a travaillé sur 4 séances avant de lui-même assurer une séance en co-animation auprès d'un groupe d'enfants de 4 à 5 ans.

- Séance 1 : Qu'est-ce qu'une émotion ? Par le biais d'une vidéo et d'un jeu « times up des émotions », les enfants ont exprimé les différentes émotions que l'on peut ressentir et comment nous pouvons les reconnaître. 3 sous-groupes ont été créés pour permettre à chaque enfant et animateur d'être pris en photo en exprimant chaque émotion, en vue de créer un mur des émotions.
- Séances 2 : Moi et le corona virus. J'exprime mes émotions pendant le confinement et maintenant. Création d'affiche.
- Séance 3 : Corona virus : hygiène et gestes barrières.
- Séance 4 : Retour sur les 3 séances. Préparation des binômes/trinômes d'enfants pour la séance d'éducation par les pairs.



« C'était super de leur permettre de transmettre ce qu'ils ont appris » (Directeur ACM).

DES ACTIONS RÉINVENTÉES

Les magazines « Le petit confiné » et « Le (dé)confiné »

Ce sont 139 professionnels et parents qui se sont abonnés à notre magazine santé et l'ont diffusé auprès de leurs publics/ enfants. Nombre d'ouverture de la page

Ce projet est né avec l'arrivée du premier confinement, qui a privé brutalement notre équipe des rencontres et échanges sur le terrain. Souhaitant malgré tout pouvoir garder le contact avec les enfants et les structures auprès desquels nous sommes intervenus, ou auprès desquels nous avions prévu d'intervenir, nous avons créé Le Petit Confiné. A travers des rubriques ludiques et éducatives, de multiples thématiques ont été abordées dans une vision globale et positive de la santé. Les enfants et leurs parents ont pu y trouver des défis, des jeux, des recettes, des activités manuelles, mais aussi la possibilité de réfléchir et s'interroger face à cette situation inédite et de partager des moments en famille ou en classe.

L'équipe du CoDEPS 13 a imaginé, créé et publié 10 numéros en 3 versions adaptées ainsi qu'un hors-série :

- Un numéro à destination des parents d'enfants de 3 à 6 ans ;
- Un numéro à destination des enfants de 6 à 8 ans ;
- Un numéro à destination des enfants de 8 à 11 ans.
- Un numéro hors-série sur le déconfinement pour les enfants

Thèmes abordés : compétences psychosociales, sommeil, usage des écrans, hygiène, alimentation et activité physique.

Calendrier : du 9 avril au 16 juillet à raison d'une fois par semaine puis d'une fois toutes les 2 semaines.

Partenaires mobilisés sur l'action : CoDES 04, 05, 06 et 84, ARS Paca, Métropole-Aix-Marseille-Provence, Département

des Bouches-du-Rhône, CGET (Politique de la ville), Ville de Marseille.

"Nous avons beaucoup apprécié avec toute l'équipe votre petit confiné, très riche en ressources diverses et vraiment approprié à nos petits élèves. Dès demain nous avons prévu de leur envoyer !" une directrice d'école maternelle en REP +

"Mes filles adorent ce journal ! J'ai fait tourné le premier, la maîtresse de CP l'a partagé à l'ensemble des parents !" Une maman

"C'est la meilleure proposition que j'ai vu". une enseignante

Suite au succès des petits confinés, un partenariat avec la Maison des adolescents 13 Nord, l'Espace Santé Jeunes d'Aubagne et le CoDES 04 s'est créé pour réfléchir à une offre similaire pour les adolescents de 11 à 13 ans : le (dé)confiné.

Calendrier : du 18 mai au 3 juillet à raison d'une fois toutes les 2 semaines, soit 5 numéros

Ce magazine, à l'image du petit confiné, abordait des thématiques de santé à travers des rubriques récréatives, ludiques et éducatives. Les jeunes pouvaient y découvrir des défis, des jeux, des recettes, des quiz, des activités manuelles, etc.

Thèmes abordés : compétences psychosociales, bruit, alimentation et activité physique, hygiène, vie affective et sexuelle, environnement, sommeil et usage des écrans, ect.

LE PETIT CONFINÉ

LE MAGAZINE SANTÉ DES 3-6 ANS
POUR LES PARENTS

PAR LE CODEPS 13

ÉDITO

« Chers parents,

En ces temps où vous ne pouvez plus sortir, car le COVID-19 se propage, nous vous proposons distractions et informations autour de la santé de vos enfants, qui nous l'espérons pourront vi

Dr Michèle BLANC-PARDI
pédiatre et péris



ZOOM SUR... LE SOMMEIL DES TOUT-PETITS !

Fatigué la journée car il s'est endormi tard ? Elle fait la sieste ou non ? Un câlin avant de dormir, une histoire ? Mais où est passé le doudou pour le dodo ? Elle empêche son frère de dormir ? Il n'est pas toujours facile d'accompagner le sommeil de vos enfants, et pourtant c'est si important à leur âge et pour leur santé.

Quand votre enfant dort bien :

Pour son corps, c'est un peu comme « recharger ses batteries » : cela permet de renforcer ses défenses immunitaires contre les maladies, de continuer sa croissance, de dicarifier, de se régénérer pendant le sommeil que le cerveau continue de mettre en mémoire ce que l'enfant apprend bien sûr un bon sommeil permet à votre enfant d'être plus détendu, de meilleure humeur bien.

Les enfants ont des besoins différents :

Plus ils sont petits, plus ils ont besoin de dormir et sieste. Un enfant de 4 ans dort 12h en moyenne journalière.

Mais l'un fait la sieste à 5 ans, l'autre ne la fait Comment s'y retrouver ? Chaque enfant est différent grand dormeurs et les petits dormeurs. Pour savoir à besoin de dormir, observez ses signes de fatigue être fatigué en début d'après-midi, et ne pas être trop fatigué l'enfant dorme bien le soir.



Dr Conal

«Le Petit Confiné»
Cycle 1

«Le Petit Confiné»
Cycle 2

LE PETIT CONFINÉ

LE MAGAZINE SANTÉ DES 6-8 ANS

PAR LE CODEPS 13

ÉDITO

Chers amis lecteurs,

Nous sommes ravis de vous présenter le numéro 10 qui sera le dernier de l'année ! Nous espérons que vous choisirez en vous amusant, que vous avez bien aimé et bien bougé, que vous avez créé des nouvelles choses, bien confiné vous a plu ! Nous espérons à l'avenir vous remercier pour vos participations et vos messages qui nous ont fait plaisir ! Il est temps pour nous aussi de prendre quelques vacances, mais nous espérons vous retrouver très vite à l'été !

Corinne BRUNET,
Chargée de Projets au CODEPS 13

LE SAVAIS-TU ? LE TRAJET DES ALIMENTS DANS LE CORPS

Savais-tu que dans les aliments, il y a des choses que notre corps doit récupérer pour vivre, et d'autres qu'il ne faut pas récupérer. Pour cela il doit découper en tout petits morceaux, prendre ceux qui vont lui servir pour fonctionner, et jeter tout le reste. La nourriture va alors suivre un chemin pour être bien digérée.

ÇA COMMENCE OÙ ? DANS LA BOUCHE : L'ÉCRASSEUR DE NOURRITURE !

Et oui, pour découper les aliments, ce sont tes dents qui vont commencer à travailler, et tu vas réduire en bouillie tout ce que tu manges pour aider ton corps (Pour en savoir plus sur les dents, tu peux lire Le Petit Confiné n° 5). Seule faillir mélanger tout ce que tu manges, et dans la bouche, tu n'as pas la pilule toute ton assiette. Alors une fois que tu auras bien mâché ta nourriture, il va la descendre dans un tuyau jusqu'à l'estomac ! Ce tuyau s'appelle l'œsophage.

L'ESTOMAC : LE MÉLANGEUR DE NOURRITURE.

Tous les aliments que tu vas manger vont descendre dans l'estomac, une poche qui va tout mélanger ensemble. En plus, l'estomac fabrique de l'acide qui va permettre de réduire encore plus la nourriture en bouillie. Cela permettra au corps de récupérer ce dont il a besoin. Mais ça ne va pas s'arrêter là ! Maintenant que tout est bien mélangé et en tout petits morceaux, la nourriture va devoir continuer son chemin pour être trépidée dans le petit intestin !

LE PETIT INTESTIN (OU INTESTIN GRÉLE) : LE TRIEUR DE NOURRITURE.

Le petit intestin est un long tuyau mesurant plusieurs mètres, entortillé. Les aliments vont parcourir un long chemin et pendant ce temps là, le corps va récupérer tout ce qui est bon pour lui : tu sais, les vitamines, les sucres, les graisses...

LES GRANDS INTESTINS (OU COLON) : L'ÉLIMINATEUR DE DÉCHETS.

Une fois que le corps aura bien trié tout ce dont il a besoin, les restes deviennent des déchets qu'il doit éliminer. Ces restes vont aller dans le grand intestin où ils vont être évacués à l'extérieur du corps. Ça s'appelle aller à la selle !

Bah oui, il faut bien faire sortir les poubelles de nos aliments !

Par Dibouah

«Le Petit Confiné»
Cycle 3

LE PETIT CONFINÉ

LE MAGAZINE SANTÉ DES 8-11 ANS

PAR LE CODEPS 13

3ÈME NUMÉRO
23 AVRIL 2020

ÉDITO

Cher lecteur, chère lectrice,

Pour l'aider à occuper son temps à la maison durant cette période où nous devons éviter de sortir et où l'école est fermée nous te proposons avec ce 3ème numéro de notre journal du Petit Confiné de nouvelles activités qui éveilleront ta curiosité. Ce journal a été imaginé pour toi, pour t'aider à apprendre plein de choses tout en s'amusant. Tu y retrouveras des rubriques habituelles : des conseils, des jeux, des recettes faciles à faire, des exercices que tu pourras partager avec ta famille. Alors amuse-toi bien !

Christophe POROT,
Directeur du CODEPS 13

LE SAVAIS-TU ? LES PEGI, LA CLASSIFICATION DES JEUX VIDÉO

Connais-tu les PEGI, ces logos que l'on trouve sur les jeux vidéo ?



PEGI signifie Pan European Game Information et ses logos sont utilisés par 38 pays en Europe ! Ils ont été créés en 2003 pour que les parents puissent choisir les bons jeux pour leurs enfants. Mais ils peuvent bien évidemment être utiles aussi, parce qu'il est difficile de savoir ce que contient un jeu si on n'y a jamais joué !



Il existe deux types de logos :

Les âges minimum conseillés



Les contenus présents dans les jeux



Comment sont classés les jeux ?

Selon les contenus présents dans un jeu, il peut être déconseillé pour des enfants. Par exemple, lorsque le jeu contient de la violence sur des personnages imaginaires qui ressemblent à des humains, il est déconseillé aux moins de 12 ans. Un jeu qui contient des images ou des sons d'horreur sera aussi déconseillé aux moins de 12 ans.

Mais alors si tu n'as pas peur, pourquoi ne pourrais-tu pas y jouer ?

Tout le monde est différent, certaines personnes auront peur, d'autres non. Même si pendant un jeu tu as l'impression que cela ne te fait rien, ton cerveau réagit tout de même des informations. Ne t'est-il jamais arrivé de rêver ou de faire un cauchemar sur une image que tu as vu dans la journée ? Cela signifie que ton cerveau a sûrement besoin de gérer une émotion que cette image a provoquée. Ces logos ont donc été créés pour que chaque personne se sente bien en jouant !

Que faire quand quelque chose que tu as vu ou entendu t'a choqué ?

Parfois, quand une image nous choque, on n'a pas envie de la raconter. On se dit qu'on va se distraire de nous. Mais si tu en as un secret : même les adultes peuvent être choqués ! Lorsque quelque chose te perturbe, il faut que tu puisses le raconter à quelqu'un en qui tu as confiance : cela peut être un de tes parents, un grand frère ou une grande sœur, le maître ou la maîtresse...

Par Dibouah



LE PETIT CONFINÉ

PAR LE CODEPS 13 LE MAGAZINE SANTÉ DES 6-11 ANS

HORS SÉRIE SPÉCIAL POUR UN BON DÉCONFINEMENT

07 MAI 2020

INTRODUCTION

Chers enfants,

Certains d'entre vous vont peut-être retourner à l'école, au parc ou au centre aéré. Vous allez enfin pouvoir revoir vos copains et copines ou des personnes de votre famille. Comme les adultes vous le répètent souvent, il faudra bien penser à vous laver les mains régulièrement, à éternuer ou tousser dans votre coude et rester un peu éloigné des autres. Au début, cela pourra vous paraître étrange mais ces petits gestes simples vont vite devenir des habitudes et dans quelques temps, tout le monde fera ainsi et tant mieux car cela nous permettra de protéger les gens que nous aimons du Covid et également de tout un ensemble d'autres maladies. C'est l'occasion d'inventer plein de nouveaux jeux et d'histoires, nous vous en proposons quelques-uns dans ce numéro, et nous attendons vos idées !

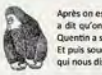
Emmanuelle LE BARBENÇON,
Secrétaire générale du CODEPS 13

LA RETRÈVE DE SOPHIA



Aujourd'hui je suis retournée en classe. Ça fait longtemps que je n'ai pas vu mes copains et mes copines. En arrivant on s'est fait un coucou un peu de loin.

Avant de sortir pour la récré, on s'est tous lavés les mains avec du savon. Dans la cour, on a choisi des jeux pour être ensemble mais avec un peu de distance entre nous. On a joué aux 4 coins, j'aime bien ce jeu.



Après on est parti avec Quentin et Méliam, on a fait un parcours imaginaire dans la cour, on a dit qu'on travaillait la jungle. Moi j'étais bin devant pour enlever les grandes herbes et Quentin a surveillé derrière si jamais il y avait un tigre. Et puis soudain un grand gorille est apparu devant moi. Ah mais non en fait c'était le maître qui nous disait que la récré était finie !

Donc on est retourné se laver les mains avant d'aller en classe.

«Le Petit Confiné» hors série
sur le déconfinement

Tous les numéros sont à télécharger sur :

«Le Petit Confiné» : <https://www.codeps13.org/documentation/nouveaute-cote-doc/le-petit-confine>

«Le (Dé)confiné» : <https://www.codeps13.org/documentation/nouveaute-cote-doc/le-deconfinement>

«Le (Dé)confiné» pour les adolescents

DES OUTILS DE COMMUNICATION SUR LE COVID-19

Affiches de prévention réalisées par le CoDEPS13 avec le soutien de l'ARS Paca

INFOS CORONAVIRUS/ COVID19 : POUR SE PROTEGER ET PROTEGER LES AUTRES
Version 13 mai 2020

Quand je suis chez moi :

- Je me tiens à au moins 1 mètre de distance des autres personnes, quand je suis à l'extérieur.
- J'évite tout contact rapproché (ne pas serrer les mains ou faire la bise)
- J'évite les rassemblements, je limite les déplacements et les contacts à l'extérieur de l'immeuble ou à l'extérieur.
- Je me lave régulièrement les mains (avec de l'eau et du savon ou une solution hydroalcoolique) et surtout en restant chez moi.
- Je porte un masque. (Il est obligatoire d'en porter dans les transports en commun)
- J'utilise un mouchoir à usage unique et je le jette (dans une poubelle fermée) je tousse ou éternue dans mon coude (si je n'ai pas de mouchoir à portée de main).
- J'évite de toucher les rampes d'escalier de l'immeuble ou les interrupteurs avec les doigts.
- Je me tiens informé et je respecte les consignes, recommandations et restrictions de circulation qui peuvent changer selon l'évolution de l'épidémie (tests, restrictions, distances maximales autorisées depuis son domicile, port de masque, etc.)

Et quand je suis chez moi :

- Je nettoie régulièrement les objets du quotidien avec un produit ménager (Poignées de porte, interrupteurs, stores et claviers d'ordinateur, téléphones portables...)
- J'évite autant que possible de me toucher les yeux, le nez et la bouche.
- J'évite le plus possible les contacts avec des personnes malades.

Affiche « Pour se protéger et protéger les autres »

INFO CORONAVIRUS/COVID19 : Je me sens malade, j'ai des symptômes, que faire ?
Version 08/05/2020

En cas de fièvre, fatigue, toux, maux de gorge, courbatures, perte du goût et/ou de l'odorat...

J'appelle d'abord mon médecin et je lui explique ce que j'ai.
(Je n'ai pas besoin d'aller voir mon médecin avant !)

Je me repose, j'évite de sortir de chez moi et je limite les contacts avec les autres.

Si je n'ai pas de médecin traitant : J'APPELE le 3646 et je serai adressé à un médecin

Si ces symptômes s'aggravent et que j'ai du mal à respirer / je suis essouffé et/ou j'ai fait un malaise, il s'agit d'une urgence :

Alors j'appelle le 15 (ou le 114 pour les malentendants)
Appeler par directement aux urgences, à l'hôpital ou chez le médecin sans avoir appelé ce numéro.

Affiche « J'ai des symptômes, que faire ? »

INFO CORONAVIRUS : Si je suis malade du COVID19, que faire pour réduire les risques de transmission à mes proches ?
Version 16/05/2020

- J'essaie de m'isoler du reste de la famille et m'isoler quand c'est possible dans une pièce réservée pour moi...
- J'évite tout contact rapproché avec les autres (ne pas serrer les mains ou faire la bise)
- Je me protège le visage en présence d'autres personnes (je porte un masque)
- J'utilise un mouchoir à usage unique et je le jette dans une poubelle fermée. Je tousse ou éternue dans mon coude (si je n'ai pas de mouchoir à portée de main)
- J'évite de prendre mes repas avec le reste de la famille
- J'évite de partager ma vaisselle et mes objets d'hygiène personnelle (brosses à dents, rasoirs, serviettes...)
- Je nettoie bien les objets du quotidien que j'utilise et l'appartement
- Je me lave régulièrement les mains (avec du savon ou une solution hydroalcoolique)
- Cour qui vivent avec moi surveillent leur température matin et soir et guettent l'apparition de symptômes.
- Si le confinement et l'isolement au sein de mon foyer n'est pas possible car je vis avec des personnes fragiles, dans un logement trop petit, je signale à mon voisinage pour demander si une pièce est disponible pour être emboîtée.

Affiche « Si je suis malade, que faire pour réduire les risques de transmission à mes proches ? »

INFO CORONAVIRUS/ COVID19 : Durant la période de confinement et après le déconfinement, je ne renonce pas à mes soins, quels qu'ils soient !
Version 04/05/2020

Je suis suivi pour une maladie ou/et je prends habituellement des médicaments, (diabète, asthme, tension, dépression, thyroïde, etc.) : importance de poursuivre mon suivi médical :

- D'abord je contacte mon médecin (généraliste, spécialiste en ville ou à l'hôpital) par téléphone, ensuite je peux m'y rendre si j'ai un rendez-vous. Je privilégie la téléconsultation (par téléphone ou internet) quand c'est possible.
- Je peux me rendre dans un laboratoire d'analyses après l'avoir appelé au téléphone.
- Je peux me rendre à l'hôpital dans le cadre du traitement de ma maladie chronique, sur rendez-vous.
- Je peux aller chez mon pharmacien habituel pour renouveler mes traitements (si je me sens bien), la validité de la dernière ordonnance se poursuit pendant le temps du confinement.

Si je tombe malade : il est important de consulter un médecin même durant le confinement !

- Je ne dois pas craindre de déranger les professionnels de santé, ils se sont organisés pour continuer à nous prendre en charge dans des conditions sécurisées. Toutes les précautions sont prises pour permettre l'accès de patients non soigneurs du COVID19 et éviter le risque de contamination.
- Je peux essayer la téléconsultation par téléphone ou internet (des applications gratuites existent pour le faire et permettent de se faire rembourser la consultation à distance).

Si je suis enceinte ou j'ai un bébé :

- Je poursuis le suivi de ma grossesse avec les professionnels de santé habituels (sur rendez-vous...)
- Je peux continuer d'allaiter mon bébé si je ne suis pas malade.
- Je dois continuer à aller aux rendez-vous programmés pour mes soins chez le médecin, et bien suivre le programme de ses vaccinations.

Affiche « Je ne renonce pas à mes soins (maladies chroniques) »

INFO CORONAVIRUS/ COVID19 : lavage des mains
Version 06/05/2020

QUAND SE LAVER LES MAINS ?
Il faut se laver les mains aussi souvent que possible, et, au minimum :

- Après avoir toussé, éternué, ou avoir été en contact avec les autres
- Après avoir été en contact avec des surfaces
- Après avoir été en contact avec des objets
- Après avoir été en contact avec des personnes malades
- Après avoir été en contact avec des animaux
- Après avoir été en contact avec des surfaces
- Après avoir été en contact avec des objets
- Après avoir été en contact avec des personnes malades
- Après avoir été en contact avec des animaux

Comment se laver efficacement les mains ?
Pour se débarrasser des virus, un lavage des mains doit durer au moins 2 minutes !

Il comprend :

- savonage,
- frottage,
- rincage,
- et séchage.

Affiche « Le lavage des mains »

INFOS CORONAVIRUS/COVID19 : Les numéros utiles et les aides proposées

Besoins d'informations générales sur le Coronavirus/ covid 19, de soutien ou de conseils non médicaux :

Vous avez des questions sur le coronavirus ?

- gouvernement.fr/info-coronavirus 0 800 130 000
- 08 00 73 00 87
- 04 97 13 50 83

En cas d'urgence :

- Appellez le 15 ou le 114 (pour les malentendants)
- Violences conjugales/ Violences intrafamiliales : Appelez le 3919
- ARRÊTONS LES VIOLENCES

Affiche « Numéros utiles et aides proposées »

Les affiches sont à télécharger sur <https://www.codeps13.org/coronavirus--les-gestes-barrieres/affiches-et-videos-de-prevention-a-telecharger>