

BULLETIN D'INFORMATION

CONTRAT LOCAL DE SANTE EST-BEARN



Numéro 8 / Mars 2022

QUOI DE NEUF ?



Alimentation en ALSH

Prévention

Cette année trois nouveaux ALSH intègrent le programme : **Sauvagnon, Garlin et Montaut.**

L'Ireps a débuté ses interventions à l'ALSH de Pontacq.

La Clinique Princess a terminé sa session de 2 ateliers à l'ALSH d'Arzacq et interviendra prochainement auprès des enfants de l'ALSH de Pontacq.

2 ateliers de 2h sur les fruits et légumes frais sont également programmés par Interfel en avril.



Environnement

Pollution à l'école

Cette année encore plusieurs écoles du territoire vont participer au projet de sensibilisation aux nuisances sonores et à la qualité de l'air intérieur mené par l'association **ECOCENE**. Pour la thématique du bruit : écoles de St Castin et de Baudreix ; pour la thématique de l'air : écoles de Limendous, Diusse et Coarraze.
www.ecocene.fr

2 ans de CLS : BILAN 2021

Le CLS Est-Béarn a fêté ses 2 ans le 19 décembre 2021. Il reste encore deux années pour mettre en œuvre des actions en faveur de la santé des habitants de ce grand territoire. Le dispositif compte 52 actions.

Voici le **bilan des actions** menées en 2021 :



Axe 1, Accès aux soins : 6 actions sur 11

Axe 2, Autonomie : 3 actions sur 9



Axe 3, Prévention : 16 actions sur 19

Axe 4, Santé environnement : 8 actions sur 13



Santé et habitat

Rénovation énergétique

Depuis le 1er janvier 2022 la Communauté de communes du Nord Est Béarn (CCNEB) et celle des Luys en Béarn (CCLB) ont mis en place une plateforme de rénovation énergétique dans le cadre de **France Rénov'**.

L'objectif de cette plateforme est de conseiller et d'accompagner les habitants pour la rénovation énergétique de l'habitat et du petit tertiaire privé.

« **France Rénov' Nord Est Béarn** » : pour prendre rendez-vous avec un conseiller France Rénov', nous vous invitons à contacter le secrétariat de la CCNEB : **05.59.33.46.10**

« **Renov'en Luys** » : les demandes de conseils sont prises en compte sur simple appel au **05 59 33 72 34**

Etude santé

Accès aux soins

La Communauté de communes des Luys en Béarn a débuté une étude santé avec un cabinet de conseil qui vise à accompagner plusieurs projets de santé sur son territoire dont le secteur Sud. Des entretiens avec des professionnels de santé auront lieu prochainement et seront suivis d'ateliers avec d'autres acteurs. L'objectif, à terme, est d'assurer une offre de santé équitable sur tout le territoire.



Faire connaître l'offre du territoire

Dans ce numéro nous avons choisi de faire un focus sur différentes solutions de répit disponibles pour les aidants qui accompagnent des proches en perte d'autonomie et/ou situation de handicap. Il existe divers dispositifs sur notre territoire pour permettre à un aidant de prendre du répit, de faire une pause pour s'occuper de soi, partir en congés, se reposer.



L'accueil de jour

Les personnes âgées qui vivent chez elles peuvent être accueillies une à plusieurs journées par semaine dans une structure proposant un accueil de jour. Fréquenter un accueil de jour permet de préserver son autonomie grâce aux activités adaptées proposées. Ces temps passés hors du domicile contribuent également à rompre l'isolement et à permettre aux proches de dégager du temps pour leurs propres occupations.

EHPAD Le Luy de Béarn à **Sauvagnon** - 05 59 12 65 65
EHPAD l'Arribet à **Arzacq-Arraziguet** - 05 59 04 47 00
EHPAD le Bosquet à **Morlaàs**- 05 59 12 08 08
EHPAD du Centre Gérontologique à **Nay** et **Pontacq**- 05 59 61 83 20 et 05 59 82 53 00
EHPAD St Joseph à **Nay** - 05 47 05 11 41
ADJ Les Tournesols du PAP 15 à **Sévignacq**- 05 59 77 95 91

L'accueil familial

L'accueil familial est un dispositif géré par le conseil départemental et permettant à une personne âgée ou en situation de handicap de bénéficier d'un accueil chez un particulier agréé, de participer à la vie de famille et de bénéficier d'un accompagnement personnalisé. Les séjours peuvent être temporaires ou permanents.

Mission Accueil Familial : 05 59 46 52 10

Des espaces d'échanges

L'EHPAD St Joseph à Nay propose un café des aidants, le 1^{er} jeudi de chaque mois, pour les personnes accompagnant un parent âgé ou un proche touché par la maladie d'Alzheimer. L'entrée est accessible librement et sans inscription préalable.

Renseignement : 05 59 61 06 79
contact@association-saint-joseph.fr



D'autres initiatives en place sur le territoire avec le **CIAPA** :
05 59 80 16 37

Une chambre de répit

Dans les locaux de la MARPA de Thèze, une chambre est mise à disposition afin d'accueillir une personne « aidée » (un proche en perte d'autonomie), une ou plusieurs nuits par semaine Celle-ci est prise en charge par du personnel compétent. Cette initiative vous permet, à vous aidant, de bénéficier de temps de répit la nuit, en complément de l'accueil de jour si vous le souhaitez.

La chambre de répit est ouverte 4 nuits par semaine, du lundi soir au vendredi matin.

05 59 92 94 47
Pfr.sevignacq@orange.fr



La Plateforme de Répit

Les plateformes d'accompagnement et de répit apportent un soutien aux proches aidants de personnes âgées en perte d'autonomie avec des actions adaptées aux besoins de chacun : temps de loisirs, écoute individualisée, formation des aidants, répit avec l'accueil de jour, visite à domicile

Plateforme de répit de Sévignac

05 59 92 94 47 / Pfr.sevignacq@orange.fr

L'hébergement Temporaire

L'hébergement temporaire permet aux personnes âgées qui vivent à domicile de trouver des solutions d'hébergement pour une courte durée même la nuit. L'hébergement temporaire peut également être utilisé comme une première étape avant une entrée définitive en EHPAD

EHPAD l'Arribet- **Arzacq-Arraziguet**- 05 59 04 47 00
Centre Gérontologique – **Pontacq** - 05 59 82 53 00-et **Nay** - 05 59 61 83 20
EHPAD Saint Joseph- **Nay**-05 47 05 11 41
EHPAD Porte du Béarn – **Garlin**- 05 59 04 73 81
EHPAD Luy de Béarn – **Sauvagnon**- 05 59 12 65 65
EHPAD Le Bosquet– **Morlaàs**- 05 59 12 08 08



PROCHAINEMENT SUR LE TERRITOIRE

En ce début d'année nous avons un agenda chargé : formation, santé environnement, activité physique, prévention des cancers. Voici les premières actions planifiées jusqu'en juin !

Santé environnement

Des ateliers d'information sur les perturbateurs endocriniens seront mis en place à l'Espace de Vie Sociale du Pays de Nay le 7 avril et au Centre Social Alexis Peyret à Serres-Castet le 20 avril : Que sont les perturbateurs endocriniens ? Quels sont les risques pour ma santé ? Comment les perturbateurs endocriniens arrivent dans l'assiette ? Vous pourrez échanger avec la Clinique Princess avec des exemples de produits courants.

Renseignements :

EVS du Pays de Nay : 05 59 61 11 82

Centre social Alexis Peyret : 06 74 26 35 96



Petite-enfance : exploration nature

Depuis 2020, 4 crèches du territoire participent au programme SAFE-LI, pour limiter l'exposition des jeunes enfants à des substances préoccupantes pour la santé.

Dans ce cadre une journée nature est organisée le 1^{er} mars pour les professionnelles des crèches à **Buros** avec l'association **Ekolondoï**

Au programme : exploration de la **nature** autour de la crèche, sensibilisation aux atouts santé du contact avec la nature, accompagnement des professionnels.



Journée sport et santé

Plusieurs évènements ont été programmés pour promouvoir l'activité physique et la santé avec des professionnels



Parcours du cœur de Montardon le 16 avril

Parcours du cœur de Lembeye le 21 mai

Journée sport et santé Arzacq le 25 juin

Un parcours du cœur devrait également avoir lieu sur Morlaàs et une journée sport et santé sur le Pays de Nay : suivez notre page Facebook pour vous tenir au courant !

Santé et habitat

Dans ce cadre des plateformes de rénovation énergétique portées par la Communauté de communes des Luys en Béarn et du Nord Est Béarn des **nuits de la thermographie** sont organisées.

Prochaine date : **Mardi 8 mars** à Navailles-Angos à 19h.

Cette balade nocturne gratuite est ouverte à tous pour visualiser les pertes d'énergie avec une caméra thermique.

Prescription d'Exercice Physique pour la Santé (PEPS)

Le dispositif PEPS permet de faciliter l'accès pour toute personne à une activité physique adaptée (APA) à ses besoins.

Une réunion de présentation de ce dispositif aura lieu pour les médecins généralistes et professionnels de santé à **Coarrazze le 17 mars**

Santé mentale

Une sensibilisation à la santé mentale des personnes âgées sera proposée par le Centre Hospitalier des Pyrénées aux acteurs du domicile : CCAS, aides à domicile, SSIAD...

Cette journée aura lieu le 14 avril 2022



Infos prévention !



Lutte contre les nuisibles : c'est le moment !

Moustique tigre : vider l'eau !



Le moustique tigre pond entre 40 et 80 œufs par jour entre avril/mai et octobre/novembre.

Pour profiter de vos extérieurs cet été, lancez-vous dans la chasse aux eaux stagnantes dès le printemps !

Dès le mois d'avril, recherchez tous les endroits où l'eau pourrait stagner dans les espaces extérieurs (y compris les regards et les coffrets techniques) et faire le nécessaire pour les neutraliser : vider, retourner les pots, mettre du sable...

Invitez vos voisins à en faire autant ! Le moustique tigre vit dans un périmètre de 150m... faites passer l'information autour de vous !

Frelon asiatique : le piégeage de printemps !

Dès le mois de mars le frelon asiatique (la reine fondatrice) fabrique son nid primaire qui accueillera dès juillet les frelons et ouvrières qui formeront le nid secondaire pouvant atteindre jusqu'à 1m de haut et 80cm de diamètre !

Il est conseillé de s'attaquer aux reines dès leur sortie d'hibernation de mi-février à mi-avril et de détruire les nids primaires

N'hésitez pas à contacter votre mairie si celui-ci se situe sur l'espace public.

Attention lors de la fabrication de pièges « maison » : vous risquez de piéger également d'autres espèces comme les abeilles locales.

La destruction de nids est le rôle de spécialistes formés car elle n'est pas sans danger



Centre Régional de Coordination des Dépistages des Cancers de Nouvelle Aquitaine (CRCDC-NA) :
05 59 90 38 90

Ligue contre le cancer Délégation Pyrénées-Atlantiques (Pau) : 05 59 81 03 74

MARS bleu

1 mois de mobilisation
contre le cancer colorectal

Dépistage cancers : Mars Bleu

Le mois de mars est marqué, chaque année, par la promotion du dépistage du cancer colorectal (CCR) : la campagne MARS BLEU. C'est le 3ème cancer le plus fréquent et le 2ème le plus meurtrier. Heureusement, le dépistage permet de sauver des milliers de vie !

De 50 à 74 ans : Sans symptôme ni niveau de risque élevé, un dépistage est recommandé tous les deux ans. Ce dépistage concerne autant les hommes que les femmes.

Dans cette tranche d'âge le test est gratuit et très simple : parlez-en à votre médecin !

Sophie Campet,
coordinatrice-animatrice
CLS Est-Béarn :

07 85 50 69 51

sophiecampet@cclb64.fr

