

SANTÉ VOUS BIEN

LE BULLETIN DE L'ATELIER SANTÉ VILLE

SEPTEMBRE 2023



FORUM SANTÉ JEUNES : DEVENIR ACTEUR DE SA SANTÉ



Mont de Marsan Agglo s'engage pour améliorer la santé de sa population et réduire les inégalités sociales et territoriales qui y sont liées. À ce titre, elle organise le 10 octobre prochain la 2^e édition du Forum Santé Jeunes, un événement ouvert aux 16-25 ans qui réunit les acteurs de la santé sur le territoire. Autour de stands interactifs, les jeunes auront la possibilité de rencontrer ces structures ressources, découvrir les dispositifs existants et accéder à des informations fiables et adaptées à leurs besoins sur de nombreuses thématiques : addictions, accès aux droits et aux soins, vie affective et sexuelle, sport, santé mentale, prévention des maladies, bien-être et estime de soi...



MAR. 10 OCTOBRE
Espace Multisports Saint-Pierrois
Ouvert aux jeunes de 16 à 25 ans encadrés par leur établissement de formation sur inscription

Plus d'infos :
sandra.bertranne@montdemarsan-agglo.fr | 05 58 46 75 02

VIVRE À DOMICILE EN TOUTE SÉRÉNITÉ

Face au défi du vieillissement de la population et à la nécessité de lutter contre l'isolement et la fracture numérique, le Conseil départemental des Landes a mis en place avec le groupe La Poste le dispositif « Vivre à domicile ». Ce service consiste à faciliter le quotidien des personnes vulnérables et leur permettre ainsi de rester vivre chez elles le plus longtemps possible en toute sécurité. Pour cela, des solutions personnalisées sont mises en place en fonction des besoins des bénéficiaires :

- une tablette et des cours à domicile pour apprendre à utiliser les outils numériques
- une téléassistance adaptée et directement reliée aux pompiers
- un éclairage automatique pour sécuriser les déplacements nocturnes
- des visites régulières du facteur pour prendre des nouvelles et livrer les médicaments en lien avec le pharmacien

Ce service s'adresse aux personnes âgées de plus de 60 ans ou en situation de handicap ou atteintes d'une maladie chronique, vivant à leur domicile. Son coût (30€ par mois) est éligible au crédit d'impôt de 50%, soit un reste à charge maximum de 15€ par mois.

Plus d'infos :
05 58 41 90 84 | xl.autonomie@laposte.fr
xl-autonomie.fr

CANCER DU SEIN : FAITES-VOUS DÉPISTER !

1 femme sur 8 est touchée par le cancer du sein au cours de sa vie. C'est le cancer le plus fréquent et le plus mortel chez la femme, avec plus de 60 000 nouveaux cas et plus de 12 000 décès chaque année en France. Plus le cancer du sein est détecté tôt, plus les chances de guérison sont importantes : un dépistage précoce permet à 99 femmes sur 100 d'être en vie 5 ans après le diagnostic.

Le dépistage organisé consiste à réaliser, à partir de 50 ans et tous les 2 ans, une mammographie et un examen clinique des seins auprès d'un radiologue agréé. Il est pris en charge à 100% par l'Assurance Maladie, sans avance de frais, sur invitation. C'est un moyen efficace pour diminuer le nombre de décès et de traitements lourds. Parlez-en autour de vous !

Plus d'infos :
depistagecancer-na.fr



EN NOVEMBRE, J'ARRÊTE DE FUMER SEUL(E) OU ACCOMPAGNÉ(E) ?

Saviez-vous que vous pouvez augmenter de 70% vos chances de réussir votre sevrage grâce à l'accompagnement d'un professionnel de santé ?* Celui-ci peut vous aider à trouver la méthode d'arrêt la mieux adaptée à votre tabagisme. Si cela est nécessaire, il peut également vous prescrire un traitement, remboursé par l'Assurance Maladie, et vous expliquer comment l'utiliser efficacement. Enfin, il est avant tout un soutien pendant votre arrêt du tabac et vous aide à renforcer votre motivation, dépasser vos peurs et changer vos habitudes. Alors, prêt(e)s à arrêter ?

* source : tabac-info-service.fr

Plus d'infos :
Association Addictions France – ANPAA 40
74 boulevard d'Haussez à Mont de Marsan
05 58 75 46 04
Clinique des Landes – Consultation addictologie
205 rue Joliot Curie à Saint-Pierre-du-Mont
05 58 05 02 80

CAMPAGNE DE VACCINATION HPV DANS LES COLLÈGES DE NOUVELLE-AQUITAINE

Les papillomavirus humains (HPV) sont à l'origine de nombreuses pathologies et de plus de 6 000 cancers en France chaque année. C'est l'infection sexuellement transmissible (IST) la plus fréquente : elle touche 80% des femmes et des hommes au cours de leur vie et peut entraîner l'apparition de cancer à un stade déjà avancé entre 10 et 30 ans après l'infection. Le vaccin contre les HPV vise à protéger, aussi bien les filles que les garçons, contre ces virus. Des études révèlent une efficacité proche de 100% sur l'infection si le vaccin est administré avant le début de la vie sexuelle.

Pour améliorer la couverture vaccinale, le Gouvernement a annoncé le déploiement d'une campagne de vaccination contre les HPV pour tous les élèves de 5^e. Depuis la rentrée, l'ARS Nouvelle-Aquitaine propose cette vaccination dans tous les collèges de la région. Après accord de leurs deux parents, les enfants peuvent être vaccinés directement au sein de leur collège.

Plus d'infos :
vaccination-hpv-nouvelleaquitaine.fr

RÉGION ACADÉMIQUE NOUVELLE-AQUITAINE
ars
ARS Nouvelle-Aquitaine
Vaccination collèges NOUVELLE-AQUITAINE
Et toi, à la rentrée tu vas te vacciner contre les HPV ?
HPV. EN PARLER, C'EST DÉJÀ SE PROTÉGER !
www.vaccination-hpv-nouvelleaquitaine.fr
CAMPAGNE DE VACCINATION CONTRE LES PAPILLOMAVIRUS RÉALISÉE AU COLLÈGE ET PROPOSÉE À TOUS LES ÉLÈVES DE 5^{ÈME}.
COMEDIT
URPS
URPS
URPS
URPS
URPS

VOS PROCHAINS RENDEZ-VOUS

Mardi 19 septembre

>> ATELIER NESTING POUR UN ENVIRONNEMENT SAIN POUR BÉBÉ

Association Couleur Caraïbes - 9h-11h
Inscriptions : 05 58 05 19 85 | emilie.morganx@ch-mdm.fr

Jeudi 21 septembre

>> MÉDITATION EN PLEINE CONSCIENCE

Programme MBSR (Mindfulness Based Stress Reduction) pour les seniors à partir de 60 ans
Maison des associations de Saint-Pierre-du-Mont
Inscriptions : 06 22 74 33 25 | evalie.collomb@montdemarsan-agglo.fr

Lundi 25 septembre

>> ATELIER NESTING POUR UN ENVIRONNEMENT SAIN POUR BÉBÉ

Centre de santé Le Phare - 14h-16h
Inscriptions : 05 58 05 19 85 | celine.cabannes@ch-mdm.fr

Mardi 3 octobre

>> ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE

Pour les seniors à partir de 60 ans
20 avenue du Houga à Mont de Marsan - 16h-17h
Inscriptions : 06 79 37 26 44 | latelierformeetsante@gmail.com

Mardi 3 et mercredi 4 octobre

>> CARAVANE

« TOUS AIDANTS »
Place Saint-Roch à Mont de Marsan - 9h30-19h

Vendredi 6 octobre

>> ATELIER BIEN-ÊTRE ET PRENDRE SOIN DE SOI

Avec le service d'animation, de prévention et d'accompagnement des Landes (SAPAL)
Bretagne-de-Marsan - 14h-15h30
Inscriptions : 06 22 74 33 25 | evalie.collomb@montdemarsan-agglo.fr

Mardi 10 octobre

>> FORUM SANTÉ JEUNES

Cf. pages intérieures
Espace Multisports Saint-Pierrois

Mardi 10 octobre

>> GROUPE DE PAROLES POUR LES AIDANTS

Pour les aidants d'une personne souffrant d'une dépendance d'ordre physique, animé par une psychologue spécialisée
Maison d'Accueil Temporaire - 14h-16h
Inscriptions : 06 22 74 33 25 | evalie.collomb@montdemarsan-agglo.fr

Lundi 16 octobre

>> ATELIER BIEN-ÊTRE ET PRENDRE SOIN DE SOI

Avec le service d'animation, de prévention et d'accompagnement des Landes (SAPAL)
Bougue - 14h-15h30
Inscriptions : 06 22 74 33 25 | evalie.collomb@montdemarsan-agglo.fr

Jusqu'en décembre

>> PAS D'ÂGE POUR BOUGER

12 ateliers d'activité physique adaptée pour les plus de 60 ans et 4 ateliers de bien-être et santé (1 atelier/semaine)
Inscriptions : 06 07 76 24 65 - 06 11 39 76 11 | marjorie.rapin@n.aquitaine.mutualite.fr

NUMÉROS UTILES

- Urgences médicales : 15
- Pharmacie de garde : 3237
- Prévention du suicide : 3114
- Fil Santé Jeunes : 0800 235 236
Pour les 12-25 ans, tous les jours 9h-23h
- Médecin de garde : 05 58 44 11 11
Du lundi au vendredi 18h-20h, samedi 12h-00h, dimanche 8h-00h
- Dentiste de garde : 05 58 74 19 18
Dimanche et jours fériés 9h-13h
- CeGIDD (centre de dépistage SIDA, hépatite, IST) : 05 58 05 12 87

montdemarsan-agglo.fr

