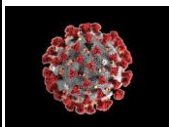


ÉDITO



Cette crise de la COVID est une catastrophe, à n'en pas douter.

Mais le fait est qu'elle nous oblige à redonner de la valeur à notre santé, à en prendre soin et à prendre soin des autres, en cela, c'est une opportunité.

Que devons-nous retenir de cette période si particulière ?

1. Que l'ensemble des gestes barrière qu'on nous rappelle sans cesse vaut bien au-delà de cette crise ;
2. Que les personnes malades en priorité sont, à quelques rares exceptions, porteuses de problèmes de santé ;
3. Que nos médecins et professionnels de santé, en nombre restreint sur le territoire s'organisent efficacement pour faire face à la crise ;
4. Que nous devons organiser nos solidarités pour prendre soin de notre santé. Nous en sommes responsables individuellement et collectivement.

A ce jour, je crois que, bien plus que de lutter contre la COVID, **nous devons nous battre pour préserver notre santé.**

Je souhaite que ce virus nous invite à de nouvelles façons de faire. Je vous souhaite une bonne santé.

Louis COSYNS,
Président du Syndicat de Pays

QU'EST-CE QU'UN CONTRAT LOCAL DE SANTÉ ?

Le premier CLS (2015-2019) s'est achevé en 2019 en nous laissant deux pistes à intégrer dans sa deuxième édition :

1. Favoriser l'implication des habitants dans la prise en charge collective de leur santé
2. Favoriser la transversalité dans les actions du CLS



Pour mémoire, un CLS est un outil porté par l'Agence Régionale de Santé et le Syndicat Mixte de développement du Pays Berry St-Amandois pour réduire les inégalités territoriales et sociales de santé. Il est l'expression des dynamiques

locales partagées pour mettre en œuvre des actions au service de la population et de sa santé. Nous engageons le deuxième CLS pour la période 2021 / 2024.

Trois grands axes à déployer :

1. Favoriser l'accès au soin des habitants du Pays,
2. Favoriser la promotion et le développement de la santé,
3. Agir auprès des publics vulnérables.

Ils s'inscrivent dans le prolongement des actions du CLS n°1

À quoi vous / nous sert-il ?

Il sert à faire en sorte que la santé soit partout où nous sommes et où nous vivons, et pas uniquement chez les professionnels.

À court terme, c'est un réseau d'entraide que nous voulons faire naître pour que vous retrouviez des activités culturelles, physiques, environnementales, culinaires, des temps d'échange...

À moyen terme, nous souhaitons promouvoir les bonnes pratiques de santé à des niveaux individuels et collectifs dans chaque communauté de communes. À cet effet, nous créons un festival de santé.

À long terme, il va nous servir à faire venir des professionnels de santé. Nous sommes convaincus que nous y parviendrons si nous mettons en avant notre manière de prendre soin de nous.

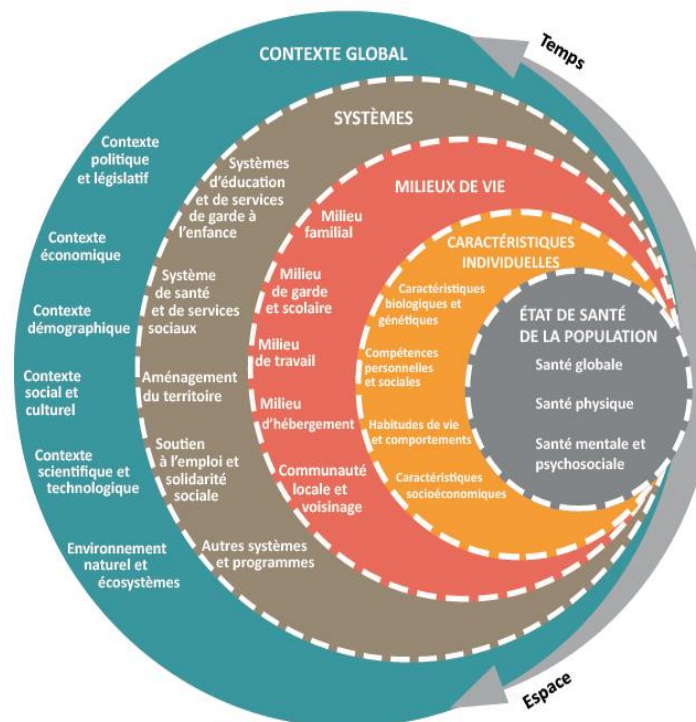
NOS AMBITIONS POUR FAVORISER LE DÉVELOPPEMENT ET LA PROMOTION DE LA SANTÉ EN AGISSANT

Notre bonne santé dépend certes de notre capital héréditaire, mais aussi de notre environnement et de nos habitudes de vie. Dans tous les cas, nous devons être actifs, réactifs et proactifs pour préserver notre capital santé.

sur nos responsabilités individuelles

- En soignant notre façon de manger : les producteurs locaux nous ont rendu de fiers services pendant les confinements. Continuons à les faire travailler, privilégions les circuits courts, les mets de saison et cuisinons des plats équilibrés ;
- En appliquant toujours ce que la COVID nous a rappelé (lavage de main, désinfections, activités physiques, relations sociales, apprentissages de tous ordres...)
- En soignant la qualité de l'air que nous respirons dans les espaces clos ;
- En développant nos compétences psychosociales dans des groupes d'échanges sur des thèmes aussi variés que la parentalité, la relation que nous entretenons avec les aliments, notre corps, notre maladie...

la carte de santé et ses déterminants



sur nos responsabilités collectives

- En pensant à la place de nos jeunes sur nos territoires et en rétablissant avec eux un contact plus aisé ;
- En imaginant d'autres formes d'animation et en permettant aux parents de transmettre,
- En s'appropriant le Schéma de Cohérence Territoriale (SCoT), sa façon d'organiser le village et de penser la mobilité en son sein ;
- En luttant contre l'ambrosie, cette plante invasive et allergène que nous devons tous combattre (les municipalités nomment ou ont déjà nommé un référent ambrosie pour leur commune. Ce dernier a pour mission de repérer les zones colonisées et d'alerter les personnes concernées à agir ainsi qu'à orchestrer la lutte sur le territoire communal).

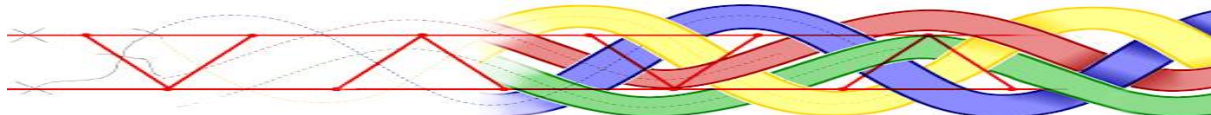


EN ORGANISANT UN FESTIVAL DE SANTÉ

Un mois, des semaines à thèmes, des animations, des mobilisations locales, des idées pour l'avenir et la volonté farouche de mettre sur pied une organisation locale et collective au service de tous. 2021 verra se dérouler le premier festival sur le Dunois. Les dates ne sont pas connues à l'heure actuelle.

LES E.N.T.R.E.L.A.C.S...

*Énergie Nouvelle Transmise par Relations Eclectiques, Libres, Aventureuses, Collectives et Solidaires
(ce n'est pas à retenir, c'est juste destiné à sourire, mais c'est quand même ce que nous visons !)*



Nous nous adressons à un public à la santé fragile

Nous avons initialement pensé à proposer des actions différentes en fonction des problématiques des personnes, mais rapidement, nous nous sommes aperçus que, pour reconquérir sa santé, tout le monde avait besoin à minima des mêmes choses, à savoir : du mouvement, de l'échange, du soutien et du rééquilibrage alimentaire. C'est la raison pour laquelle nous souhaitons créer ce réseau qui accueillera tout le monde dans le même temps et le même lieu.

Qui ?

- Celles et ceux qui connaissent une fragilité en santé.

Quoi ?

- Des activités physiques (dont des activités prescrites par le médecin)
- Des activités culinaires (pour réapprendre à équilibrer ses repas et à manger sain),
- Des activités culturelles (pour le plaisir),
- Des activités liées à l'environnement (pour bouger et découvrir),
- Des activités de bien être (pour se faire du bien),
- Des temps d'échange et de réflexion (pour avancer vers le mieux être),
- Des informations sur des maladies, leur traitement et leur prise en charge,
- Des temps d'auto-organisation.

Quand ?

- 21 semaines dans l'année, de 9h à 14h, un jour dédié par semaine

Où ?

- Dans les communes des anciens chefs lieux de cantons ;
- Dans les locaux mis à notre disposition par les municipalités

Mais tout ça reste encore à affiner et nous espérons que la COVID passera son chemin pour que nous puissions œuvrer ensemble.

Vous avez envie de tenir vos expériences au service d'autrui...

Nous l'avons dit, nous devons prendre en charge nous-mêmes une importante partie de notre santé. Or, il s'avère que l'expertise existe certes chez les médecins, mais qu'elle est potentiellement chez chacun d'entre nous, **a fortiori quand l'expérience est là.**

Vous êtes :

- Touché par une affection de longue durée (diabète, maladie cardiaque et coronarienne, cancer, troubles de la santé mentale)
- Aidant,
- En situation de handicap, physique, mental, psychique ou sensoriel,
- Parent en couple ou parent isolé,
- Personne âgée...

Nous vous proposons de mettre votre expérience au service d'autrui pour :

- Témoigner de ce que vous vivez en tant que personne souffrant d'affection de longue durée, d'aidant, de personne en situation de handicap, de personne âgée, de parent...
- Expliquer,
- Animer un groupe et permettre les échanges,
- Éventuellement, accompagner une personne,
- Voire être en lien avec les institutions.

Nous définirons ensemble la forme de votre implication.

***Si vous souhaitez devenir
personne-relais du CLS de votre
commune
et aider ses habitants à
garder la santé pour les uns
et à la reconquérir pour les autres,***

***faites-vous connaître
auprès de votre mairie***

On compte sur vous !

**Nous sommes persuadés que notre
réseau ENTRELACS
et notre FESTIVAL DE SANTÉ
sont nos atouts
pour donner
à des professionnels de santé
l'envie de s'investir à nos côtés.**

VOTRE INTERLOCUTRICE :

Véronique GALPIN - 02 48 96 16 82
animation.sante@pays-berry-st-amandois.fr

CITATION : « *Le médecin du futur ne donnera pas de médicaments ; il formera ses patients à prendre soin de leur corps, à la nutrition et aux causes et à la prévention des maladies* ».

Thomas A. Edison

