



# Lettre d'information

Bulletin N° 28 – décembre 2021

Votre Newsletter va faire peau neuve pour 2022!



Mais



c'est une surprise!



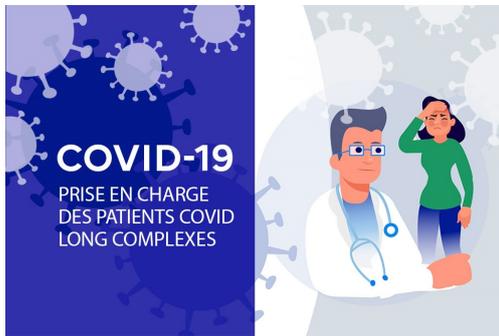
## Sommaire



- 1. Les actualités du DAC..... p. 2
- 2. Les actualités départementales ..... p. 4
- 3. Les actualités régionales..... p. 9



## ● Une nouvelle mission pour le DAC : Le COVID long !



Depuis la fin de la première vague épidémique de la COVID, les professionnels sont sollicités par des patients qui présentent des symptômes prolongés de la maladie.

Le DAC 05 a été missionné par l'ARS pour **réaliser un diagnostic de notre Département et apporter un appui à l'organisation du parcours "post-COVID"**.

Dans un **premier temps**, un travail de recensement est en cours via un **questionnaire** envoyé aux **professionnels libéraux**. Son objectif est de recenser l'offre existante ainsi que les besoins du territoire en terme de formations et de recueillir les attentes et les problématiques des professionnels sur cette thématique.

La finalité sera l'élaboration **d'un annuaire dédié pour ce parcours** (offre de 1er recours, de 2nd recours spécialisé et 3ème recours Régional) à destination des professionnels de Santé.

Un **second temps** permettra d'organiser le parcours avec l'aide des CPTS et de définir un process du repérage jusqu'à une prise en charge adaptée.

**Pour plus d'informations sur cette mission, vous pouvez contacter la Pilote Projets du DAC 05, Estelle Barou, au 06 48 97 94 74.**

## ● Retour sur les tables tactiques de la rentrée

Deux tables tactiques sur **l'aménagement du logement des personnes en perte d'autonomie** se sont déroulées les 28 et 30 septembre sur Gap et l'Argentière-la Bessée.

Elles ont permis de réunir **73 professionnels** autour de cette thématique.

L'objectif était de balayer l'ensemble des ressources de notre territoire pour appréhender leurs missions et mieux orienter les bénéficiaires/patients.

L'occasion également d'échanger sur les problématiques récurrentes et

de découvrir la toute nouvelle **Maison de l'Habitat** portée par le Conseil Départemental des Hautes-Alpes !



Retrouvez toutes les informations de cette matinée en feuilletant le compte-rendu : <https://pta-hautesalpes.sante-paca.fr/wp-content/uploads/2021/10/CR-TABLES-TACTIQUES-SEPTEMBRE-2021-VF.pdf>



## ● Santé mentale : un coordonnateur de projet territorial arrive !



A compter du **3 janvier 2022**, le DAC 05 accueillera le coordonnateur de Projet Territorial en Santé Mentale (PTSM).

Il s'agit de Mme **Aline Gleize**. **Bienvenue à elle!**

## ● Offre d'emploi : le DAC recrute un/une IDEC !

Nous recherchons un infirmier coordinateur, pour le secteur Nord du département (d'Embrun à la Grave). La personne sera basée sur L'Argentière-La Bessée.

[Consultez l'annonce](#)

Pour postuler ou avoir des renseignements, écrivez à : [m.carle@dac05.fr](mailto:m.carle@dac05.fr)



## ● Communication : les adresses mails font peau neuve, ça a du sens !



Depuis plusieurs mois, nous vous alertons sur notre changement de dénomination. Dans cette logique d'évolution, nous avons décidé de modifier également le nom de domaine de nos adresses de messagerie !

Ainsi, notez que toutes les adresses de messagerie de l'équipe se terminant par « @e-santepaca.fr » sont obsolètes et ont été remplacées par « @dac05.fr »

Désormais, vous pouvez nous écrire à : « [contact@dac05.fr](mailto:contact@dac05.fr) ».

Le N° unique lui reste inchangé : **04.92.23.41.08**

Afin d'éviter toute perturbation de travail, nous vous invitons à **mettre à jour vos carnets d'adresses !**





## Centres de vaccination COVID-19 sur notre territoire

CENTRES DE VACCINATION	JOURS D'OUVERTURE	HORAIRES D'OUVERTURE
GAP (ALP'ARENA)	Lundi au samedi + dimanche	08H30/18H30 + 08H30/14H00
BRIANCON (Centre hospitalier)	Lundi au vendredi + samedi au dimanche	08H30/16H00 + 08H30/17H00
EMBRUN (Centre hospitalier)	Mercredi au samedi	09H00/18H00
LARAGNE (Centre hospitalier)	Lundi au samedi	09H00/17H00
L'ARGENTIÈRE LA BESSÉE (marché couvert)	Samedi + plusieurs demi-journées variables	09H00/17H00
GUILLESTRE (Salle du Queyron en face de la résidence GUIL'ÉCRINS)	Mardi et mercredi	08H30/16H30





## ● LIGUE CONTRE LE CANCER : planning des ateliers

Afin d'améliorer la qualité de vie des personnes ayant ou ayant eu une pathologie cancéreuse, l'association propose différents ateliers.



### **Atelier « Développement Personnel »**

*Retrouvez confiance en vous, en vos capacités et vos envies !*  
Puisez dans vos ressources mentales et physiques pour atteindre vos objectifs avec l'aide de notre coach, **Stéphane**, diplômé d'État en préparation mentale et physique et diététique pour **retrouver du sens et un équilibre de vie.**

**Cycle de plusieurs séances, les mardis à Gap**

### **Atelier « Calligraphie »**

*Participez à un moment créatif avec Anne-Marie !*

L'apprentissage de la calligraphie et de l'enluminure est un moment convivial qui fera ressortir votre créativité enfouie.

**Les jeudis de 13h30 à 16h30 à Gap**

### **Atelier « Troubles de la Mémoire & Cancer »**

*Vous suivez actuellement un traitement en lien avec un cancer et vous avez des troubles de la mémoire ?*

Joignez-vous aux ateliers avec **Nathalie**, leur **Patient(e) Experte** où vous pourrez :

Comprendre les difficultés en lien avec les traitements  
Échanger sur vos problèmes de mémoire, d'attention et leurs conséquences  
Développer des astuces pour améliorer la fluidité verbale, l'agilité mentale et la concentration  
Acquérir des astuces de « détente chrono »

**Cycle de 3 séances les mercredis de 10h à 11h30 à Gap**

### **Atelier « Sophrologie »**

*Apprenez les techniques de sophrologie avec Stéphanie pour détendre votre corps et vous aider au quotidien à retrouver l'harmonie entre votre corps et votre esprit.*

Ces exercices vous permettront :  
De réduire votre anxiété et les douleurs dues au stress

D'améliorer votre sommeil  
De retrouver la confiance en vous  
De faire le plein de vitalité

**Les lundis en présentiel à 16h à Gap et les jeudis en visio à 18h sur Zoom**

### **« Activité Physique Adaptée »**

Pendant ou après les traitements, l'activité physique adaptée permet de réduire la fatigue des personnes et retrouver un équilibre de vie. En effet, l'activité physique réduit les risques liés aux conséquences directes de la maladie et de ses traitements tels que la fatigue, les troubles du sommeil, l'appauvrissement du lien social...

**Les jeudis de 9h30 à 11h à Villard Saint Pancrace & les mardis de 14h à 15h30 à l'Argentière-La-Bessée**

### **Atelier « Gribouillage créatif »**

*Gribouiller c'est se relaxer !*

Le gribouillage est une méthode de relaxation qui consiste à se relaxer en dessinant des motifs structurés et répétitifs. Découvrez l'art du gribouillage créatif : véritable activité pour lâcher-prise, vous réveillerez votre créativité et votre imagination à travers vos créations dans une ambiance chaleureuse et conviviale.

**Les jeudis de 9h à 11h30 à Gap**



## ● LIGUE CONTRE LE CANCER : la suite des actualités...

- ✗ **La ligue contre le cancer offre d'autres opportunités !**

Plus de renseignements en joignant l'association par : **04.92.53.71.44**



- ✗ **Témoignez anonymement à la « Cellule d'Écoute Parcours de soins Cancérologie 05 » :**

Cette cellule d'écoute s'adresse **aux patients, à leurs proches et aux professionnels de santé**. Elle a pour but de **recueillir tout témoignage ou expérience jugés intéressants à partager, concernant le vécu du patient haut-alpin atteint de cancer, durant son parcours de soin**.

L'objectif étant de **connaître les difficultés pour aider à les corriger mais aussi mettre en avant les initiatives heurieuses afin d'aider à les valoriser**. Les témoignages sont recueillis de préférence par écrit (courrier postal ou mail) à **« Ligue contre le cancer des Hautes-Alpes — 150 boulevard Georges Pompidou — 05000 GAP »** ou à **« cd05@ligue-cancer.net »**

- ✗ **Du nouveau dans le parcours de soins après le traitement d'un cancer :**

La Ligue contre le cancer des Hautes Alpes a été sélectionnée par l'ARS PACA pour mettre en œuvre dans le département le **« Parcours de Soins Global après le traitement d'un cancer »**.

Ainsi, les patients pourront bénéficier **avec une prescription médicale, dans la limite de 180€ par an, de :**

un bilan d'activité physique adaptée **OU** un bilan avec ou sans suivi diététique **OU** un bilan avec ou sans suivi psychologique mis en place par **des prestataires ayant signés une convention avec la Ligue 05**.

## ● CMP Veynes (Centre Médico Psychologique) : de nouveaux locaux



Le 1er septembre 2021, l'équipe du CMP de Veynes concrétise sa dynamique de travail en réseau en intégrant de nouveaux locaux situés dans un bâtiment réhabilité par **la Communauté de Communes Buëch Dévoluy** et loués par le **CHBD** (Centre Hospitalier Buëch Durance).

Ces nouveaux locaux plus spacieux et lumineux, entièrement rénovés, sont situés dans un bâtiment regroupant **d'autres services et associations de la ville de Veynes**, tel que l'**ADMR, MASP** (Maison de Services Au Public), etc ...

Le nouveau CMP dispose de 3 grands bureaux lumineux ainsi que d'une grande salle d'activité. Une salle d'attente plus spacieuse permet d'accueillir les personnes dans le respect d'une meilleure confidentialité.

Par ailleurs, **certaines salles peuvent être mutualisées avec les voisins de la Communauté de Communes en fonction de nos besoins et au gré des actions partenariales**.



Retrouvez le CMP de Veynes au :

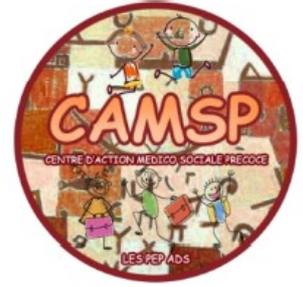
**7 rue de la Tuilerie à VEYNES**

L'équipe pluri disciplinaire vous accueille **du lundi au vendredi de 9h00 à 16h30**

Tel : **04.92.20.14.29**



## ● PEP ADS (les Pupilles de l'École Publique des Alpes Du Sud) : la PCPO 05 Plateforme de Coordination et d'Orientation (petite enfance) arrive



La **Plateforme de Coordination et d'Orientation des Hautes Alpes (PCO 05)**, missionnée par l'**A.R.S.** et portée par le **CAMSP** sera prête à fonctionner **à partir de début 2022**.

Elle concerne **les enfants jusqu'à 6 ans 11 mois** suspectés de présenter des Troubles Neurodéveloppementaux (TND) qui sont :

- **Troubles du développement intellectuel**
- **Troubles de la communication** (anciennement dysphasie y compris trouble du langage)
- **Troubles du Spectre de l'autisme** : TSA
- **Troubles spécifiques des apprentissages** (lecture, expression écrite et déficit du calcul) : anciennement dyslexie, dysorthographe et dyscalculie
- **Troubles moteurs** (troubles de la coordination anciennement dyspraxie)
- **Troubles du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité** : TDA/H

La PCO TND a pour **mission d'accompagner les familles**, d'organiser et de **coordonner** un parcours de **bilans et d'interventions précoces** avant même le diagnostic ; d'organiser des réunions de synthèse ayant pour but d'élaborer des hypothèses diagnostiques en **équipe pluridisciplinaire** ; de soutenir les familles dans leur parcours en vue d'une **orientation**.

Les familles et les professionnels de la petite enfance qui repèrent un écart dans le développement de l'enfant doivent solliciter **le médecin qui suit l'enfant** et qui restera **le référent** tout au long du parcours. Le médecin adresse la grille de repérage et le questionnaire médical à la PCO, qui après validation organise le parcours de bilans auprès des partenaires de niveau 2 ou des professionnels libéraux (conventionnés ou non par la CPAM), avec **un financement grâce au Forfait d'Intervention Précoce** pour ceux qui auront contractualisé avec la plateforme (psychologues, ergothérapeutes et psychomotriciens). Ainsi les familles n'auront rien à financer.

La PCO organise **une réunion de coordination pluridisciplinaire** à réception des différents bilans, afin de faire des hypothèses diagnostiques et des préconisations d'interventions. Puis à 6 mois de suivi et à 12 mois, pour affiner le diagnostic et organiser une orientation. Ce parcours accordé pour un an, pourra être prolongé sous certaines conditions.

Leurs objectifs sont d'accélérer l'accès à un diagnostic, de favoriser les interventions précoces afin de pouvoir agir sur la trajectoire développementale de l'enfant, d'éviter l'errance diagnostique et de réduire les sur-handicaps, conformément aux recommandations de bonnes pratiques de la haute autorité (H.A.S).

Pour plus de renseignements : [plateformetnd05@lespepads.org](mailto:plateformetnd05@lespepads.org)

04.92.56.50.35 / 07.48.75.93.59



## ● FONDATION EDITH SELTZER : quoi de neuf ?

### ↳ Café des Aidants

La Plateforme des Aidants organise tous les mois, **un Cafés des Aidants à Briançon et à Gap.**

Il s'adresse à toute personne qui, au quotidien, est proche d'une personne malade, en situation de handicap ou en perte d'autonomie.

**Animé par une psychologue et un travailleur social, ce temps réunit des aidants autour d'un thème différent chaque mois, afin qu'ils puissent échanger conseils et expériences.** Il s'inscrit dans un réseau national qui comprend une centaine de café des aidants partout en France.

Renseignements :

[plateforme-aidants@fondationseltzer.fr](mailto:plateforme-aidants@fondationseltzer.fr)

Gap : 07 85 65 49 22

Briançon : 06 88 07 49 65

### ↳ Ateliers mémoire gratuits pour les + 55 ans

La Fondation Edith Seltzer propose des **ateliers mémoire sur 15 séances.** Ces ateliers de prévention, **animés par une psychologue**, visent à stimuler les capacités cognitives et à apprendre à les entretenir soi-même. Ils favorisent également les rencontres et les échanges.

Le groupe d'une dizaine de personnes sera accueilli chaque semaine de 14 à 16h.

A la salle des Associations de **Briançon, les jeudis avec Florence Jayle.**

Inscription au **04 92 25 31 87** ou [n.gastineau@fondationseltzer.fr](mailto:n.gastineau@fondationseltzer.fr)

Au Foyer Culturel de **l'Argentière - la Bessée, les lundis avec Sofia ZIANI.**

Inscription au **07 71 10 90 02** ou [n.gastineau@fondationseltzer.fr](mailto:n.gastineau@fondationseltzer.fr)

Le déroulement de ces séances se fait dans le strict respect des mesures barrières. Le pass sanitaire est exigé.





## ● URPS IDEL : Nouvelles fonctionnalités du site Internet

L'URPS Infirmière PACA, met gratuitement à disposition des infirmières et des patients de nouvelles fonctionnalités sur son site Internet: [www.infirmiere-paca.fr](http://www.infirmiere-paca.fr)

### Visibilité numérique pour les professionnels :

Quelque soit votre situation «infirmier / établissement de santé», vous pouvez apparaître dans les résultats de recherche si vous êtes inscrit(e) et que votre compte est validé.

Une adresse e-mail est indispensable car vous recevrez alors par mail un lien vous permettant d'activer votre compte. Les données renseignées seront vérifiées dans les 72h pour valider votre compte.

Si vous ne disposez pas de messagerie sécurisée, une adresse **Medimail** vous sera créée gratuitement. Vous serez alors destinataire d'un autre e-mail afin de finaliser votre création de messagerie sécurisée.

### Zonage de l'activité : créer une zone d'exercice

Votre zone d'exercice est définie par défaut comme étant celle située dans un rayon de quelques kilomètres autour de votre adresse professionnelle. Grâce à cet outil, vous pouvez modifier cette zone à tout moment dans « Votre compte ».

Cette fonctionnalité vous permet ainsi de déplacer la zone géographique prédéfinie.

Une aide contextuelle vous guidera afin de tracer ce zonage.

### Le site offre d'autres perspectives !

### Déploiement en cours :

- ◆ Une coordination via un Agenda perso
- ◆ Un lien ville-hôpital.
- ◆ Un parcours de santé : la VDSI ( Visite à Domicile sanitaire Infirmière) en lien au COVID-19, les infirmiers libéraux qui se mobilisent pour la vaccination antigrippale à domicile et dans leur cabinet de soins.

### COMMENT S'INSCRIRE ? Sur le site: [www.infirmiere-paca.fr](http://www.infirmiere-paca.fr)

Gratuit pour les infirmiers et les établissements de santé, ce site reste sécurisé ! Ayez le bon déclic !!!

Les patients peuvent se rendre directement sur ce site pour effectuer une recherche de cabinet et des créneaux de réservation pour la vaccination grippale, COVID, ou les deux.

[PATIENT : laissez-vous guider !](#)



## ● Formations régionales COVID long : un récapitulatif des différents webinaires et formations disponibles



↗ **Replay** formation régionale par le **Conseil départemental de l'Ordre des médecins des Bouches du Rhône** :  
<https://youtu.be/ZE1lgiDvAYM>

↗ **Replay** formation Régionale par le **CRES PACA** :  
<http://www.cres-paca.org/a/1126/covid-long-deux-formations-pour-les-medecins-du-travail-et-les-professionnels-de-sante-salaries-les-18-et-19-octobre-2021-/>

↗ **Webinaire** « Symptômes prolongés de la Covid-19 chez l'adulte - dédié aux médecins généralistes » réalisé par l'**HAS**:  
[https://www.has-sante.fr/jcms/p\\_3243305/fr/regarder-en-replay-webinaire-symptomes-prolonges-de-la-covid-19-chez-l-adulte-dedie-aux-medecins-generalistes](https://www.has-sante.fr/jcms/p_3243305/fr/regarder-en-replay-webinaire-symptomes-prolonges-de-la-covid-19-chez-l-adulte-dedie-aux-medecins-generalistes)



Retrouver l'actualité des partenaires sur la page Facebook et le site internet du DAC 05

