PÔLE D'ÉQUILIBRE TERRITORIAL ET RURAL CÔTE-D'OR
Val de Saône Vingeanne
VDSV

n° 15
septembre 2022

fil de Faire
contrat local de santé

Côte d'Or LE DÉPARTEMENT
ars Agence Régionale de Santé Bourgogne Franche-Comté

SOMMAIRE

- Octobre Rose
- Semaine Bleue : du 3 au 9 octobre 2022
- Préparation du « Mois sans Tabac »
- Infos ados / jeunes adultes / parents

Rédaction & Coordonnées
Martine MARTIN-FOURNET
Chargée de Mission Santé
07 72 72 09 00

Conception Graphique
Aurélie GABERT
crearel
www.crearel.com

OCTOBRE ROSE

Le cancer du sein : l'importance est de le détecter à un stade précoce pour en diminuer la mortalité.

CANCER DU SEIN FÉMININ :
1/3 DES NOUVEAUX CANCERS FÉMININS
LE + FRÉQUENT
1ÈRE CAUSE DE DÉCÈS PAR CANCER

→ entre 50 et 74 ans, les femmes sont invitées par courrier à réaliser une mammographie gratuite tous les deux ans dans le cadre du dépistage du cancer du sein.

© Pexels - Klaus Nielsen

Des petits gestes pour prévenir le cancer du sein :

- Agir sur les facteurs de risques : consommation d'alcool, le tabagisme, surpoids/ obésité et le manque d'activité physique
- Réaliser régulièrement une autopalpation avant 50 ans et se faire dépister par mammographie après 50 ans.

→ *+ d'infos sur Fil de Faire n° 9* (site PETRVDSV)

→ Des actions en Val de Saône Vingeanne pour participer à la prévention du cancer du sein

→ **Auxonne** se met en rose #tousconcernés
• 15 octobre, à partir de 11h, place d'Armes
Ateliers prévention (autopalpation...) – animations sportives – animations culturelles
Fonds reversés au Centre Hospitalier G.F. Leclerc

→ **Belleneuve**
• 14 octobre, 16h à 19h, galerie centre commercial
Stand de prévention de la Ligue contre le cancer avec la participation de la mairie, de la médiathèque et de la pharmacie

→ **Montigny-Mornay-Villeneuve-sur-Vingeanne**
• 9 octobre, Color run, au stade de foot

→ **Mirebeau-sur-Bèze**
Public en réinsertion en Novembre

SEMAINE BLEUE

Changeons notre regard sur les aînés. Brisons les idées reçues !

La Semaine Bleue est l'occasion de porter un autre regard sur le vieillissement et la vieillesse. Elle met en avant les contributions apportées à la société par les aînés.

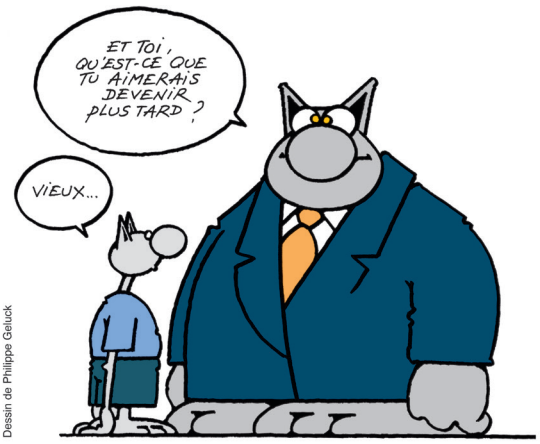
→ Afin de développer une société plus inclusive pour nos ainés, des actions sont à prioriser :

- adapter le cadre de vie et les logements,
- faciliter la participation à la vie sociale et culturelle,
- promouvoir les mobilités douces...

La semaine Bleue est l'occasion de valoriser toutes vos activités en faveur de la lutte contre l'isolement social, relationnel et la prévention de la perte d'autonomie sur votre territoire

+ d'infos *Pour aller plus loin :*

- https://semaine-bleue.org/-THEME-2022-



Dessin de Philippe Geluck

LE PETR VDSV S'ASSOCIE AUX PORTES OUVERTES DE FRANCE SERVICES en organisant des rencontres pour faciliter l'accès aux droits des séniors dans le cadre de la Semaine Bleue

→ le 4 octobre 2022 à :

France services Mirebeau-sur-Bèze

→ Conférences débat :

- Droits des combattants et Victimes de Guerre par M. Dupuis de l'Office National des Anciens Combattants et Victimes de Guerre (ONACVG)
- Arnaques financières + abus de faiblesse par M. Guenin de l'Association « Nouvelles Voies »
- Et d'autres *(voir programme complet à partir du 20 septembre sur le site de l'intercommunalité)*

France services Pontailler-sur-Saône

→ Conférences débat :

- Droits des combattants et Victimes de Guerre par M. Dupuis de l'Office National des Anciens Combattants et Victimes de Guerre (ONACVG)
- Arnaques financières + abus de faiblesse par M. Guenin de l'Association « Nouvelles Voies »

© Pixabay - jhenning

PRÉPARATION « MOIS SANS TABAC »

Le mois sans tabac a lieu en novembre, c'est l'heure de se préparer !
N'hésiter pas de relayer cette information à vos collaborateurs, vos concitoyens.

Participation individuelle au mois sans tabac :

→ Prendre conseil auprès de votre médecin traitant en priorité, ou ;

→ Prendre rendez-vous aux :
« Consultations Jeunes Consommateurs CJC » ou, « Centre de soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie » (CSAPA)
5 rue du Château - Centre hospitalier à AUXONNE
Tel : 03 80 77 16 28
csapa.auxonne@addictions-france.org

→ Vous inscrire et être accompagné :
sur le site www.tabac-info-service.fr

→ le site tabac-info-service vous proposera gratuitement :

- Bénéficier du e-coaching gratuit et à portée de main avec votre application « tabac info service ». (application à télécharger sur le site)
- Profiter d'un suivi téléphonique avec un tabacologue au **39 89**.
- Trouver un tabacologue près de chez vous
- Consulter un professionnel près de chez vous
- Faire partie de la communauté sur Facebook

Professionnels sanitaires, sociaux, médico-sociaux, éducatifs et associatifs, collectivités et entreprises :

→ « L'Ireps BFC » vous propose une journée de sensibilisation départementale gratuite à Dijon :
- le mardi 20/09 de 10h à 16h
- ou le jeudi 29/09 de 10h à 16h

axées sur 2 thématiques :
→ Tabac et environnement
(voir aussi *Fil de Faire* n°13 p. 2)
→ Mobilisation positive et participative des publics.

Pour consulter le programme et vous inscrire avant le 10 Septembre, cliquez sur l'adresse suivante :

https://ireps-bfc.org/sites/ireps-bfc.org/files/programme_journees_se_depart_mstbfc.pdf

© Pixabay - Tumisu

Professionnels de santé :

→ Sur le site https://pro.tabac-info-service.fr, vous trouverez des conseils sur la prise en charge du patient, du désir d'arrêt, au patient cancéreux, des fiches pratiques, dépliants et des MOOC en ligne.

→ Programme 40 jours avec des défis et conseils quotidiens pour vous accompagner dans l'arrêt de la cigarette ;
→ Une roue pour calculer vos économies ;
→ Des informations sur tous les outils disponibles pour vous aider ;
→ Des précisions pour bénéficier d'un entretien offert avec un professionnel de santé ou un tabacologue.

Que vous soyez particulier ou un professionnel, vous pouvez obtenir gratuitement des kits à partir de fin septembre.
- Pour un particulier, chaque participant au « Mois Sans Tabac » peut commander son propre kit d'aide à l'arrêt gratuitement depuis le site de « Mois Sans Tabac ».
- Pour les professionnels santé, vous devez créer un compte sur :

https://partenaires-mois-sans-tabac.tabac-info-service.fr

La nourriture peut être un refuge, mais aussi un plaisir lors de l'arrêt du tabac :

→ Pour vous aider à réguler votre appétit, vous pourrez être accompagné par un diététicien.
Nous avons la chance d'en avoir 3 sur le territoire :

- Mme DESPESEL Fanny / 06 32 39 41 82
Diététicienne Reppop*
33 rue du Val de Saône à BINGES

- Mme BRESSON-DEGEORGE Marie
06 49 63 64 12
Diététicienne Reppop + Tab'agir **
CH 5 Rue du Château à AUXONNE

- M.PERRIN Didier / 06 78 30 10 76
Diététicien Reppop*
5 place des Martyrs de la Résistance
à PONTAILLER-SUR-SAÔNE

**Reppop : Réseau de Prévention et de Prise en charge de l'Obésité Pédiatrique de Bourgogne Franche-Comté. L'objectif est de permettre à l'enfant / adolescent en surpoids et sa famille d'accéder à une prise en charge multidisciplinaire, coordonnée et de proximité.*
***Tab'agir : Jusqu'à 4 consultations auprès d'une diététicienne Tab'agir, prises en charge directement par Tab'agir.*

ADOS / JEUNES ADULTES / PARENTS

RÉFÉRENTE DU TERRITOIRE VAL DE SAÔNE VINGEANNE
Cindie BRIGUI
06 38 27 93 21
cindie.briguie@chldijon.fr

Forum parentalité 30 septembre
Se ressourcer dans son rôle de parents d'ados

→ **Forum de Mirebeau-sur-Bèze**
Soirée à partir de 18h30 avec la compagnie d'improvisation « LISA 21 »
Possibilité de restauration sur place

PERMANENCES EN ÉTABLISSEMENTS SCOLAIRES

PETR VAL DE SAÔNE VINGEANNE

- Fontaine-Française
Collège : lundi matin 2 fois par mois
- Mirebeau-sur-Bèze
Collège : lundi matin 2 fois par mois
- Auxonne
Collège : tous les mardis matin
Lycée Pro / Général : tous les mardis après-midi
- Pontailler-sur-Saône
Collège : vendredi matin 2 fois par mois

ACCUEIL ÉCOUTE ACCOMPAGNEMENT ORIENTATION

PERMANENCES GÉNÉRALISTES

PETR VAL DE SAÔNE VINGEANNE

- Mirebeau-sur-Bèze
France Service : lundi après-midi 2 fois par mois
- Auxonne
Communauté de Communes CAP Val de Saône
mercredi après-midi 2 fois par mois
- Pontailler-sur-Saône
Maison des Services :
vendredi après-midi 2 fois par mois

CENTRE HOSPITALIER D'AUXONNE

Consultations de médecins spécialistes

CENTRE HOSPITALIER D'AUXONNE	MÉDECIN	PRISE RDV
DIABÉTOLOGIE - ENDOCRINOLOGIE	Dr Pamela MASSOUD-SPANJAARD	tel. 03 80 48 17 59 csexternes@ch-auxonne.fr Doctolib
RHUMATOLOGIE	Dr Hugo MOREL	
GÉRIATRIE	Dr Amina GUEMCH	
NEUROLOGIE	Dr Gwendoline DUPONT	
GYNÉCOLOGIE	Dr Stéphane COSSA	
DIÉTÉTICIENNE Reppop + tab'agir	Marie BRESSON DEGEORGE	tel. 06 49 63 64 12