

**Edito :**

Bonjour à toutes et à tous,

Dans cette dernière lettre de l'année 2022, nous avons sélectionné pour vous certaines informations concernant les épidémies virales.

Santé Publique France et l'assurance maladie proposent de nouveaux outils pour l'accès à la prévention et aux droits à la santé.

Nous restons à l'écoute de vos suggestions pour continuer à adapter le contenu de la lettre à vos attentes.

Bonne lecture et Belles fêtes de fin d'année.

SOMMAIRE interactif

I	ACTUALITÉS ○ 1er décembre : Journée Mondiale de lutte contre le Sida ○ Epidémie de bronchiolite ○ Mission « retrouve ton cap » ○ Environnement et santé
II	ACCÈS AUX SOINS ET AUX DROITS À LA SANTÉ ○ Santé des femmes ○ Santé mentale
III	POINT D'ACTUALITE MALADIES VIRALES ○ « Les antibiotiques : bien se soigner, c'est d'abord bien les utiliser » ○ La grippe ○ La COVID-19 : reprise de la circulation du SARS-CoV-2 sur le territoire national
IV	LES RESSOURCES

I. ACTUALITÉS

► 1er décembre : Journée Mondiale de lutte contre le Sida

Au cours des deux dernières années et demie, la concomitance entre la pandémie de Sida et de COVID-19 – ainsi que les crises économiques et humanitaires – ont accru la menace sur la riposte mondiale au VIH.

En 2021, le monde comptait ainsi 38,4 millions de personnes vivant avec le virus, dont 1.7 million d'enfants. Chaque jour, 4 000 personnes, dont 1 100 jeunes âgés de 15 à 24 ans, sont infectées par le VIH. **650 000 personnes sont mortes de causes liées au sida, ce qui représente une mort par minute.**

Dans ce contexte, il est important de rappeler que les acteurs associatifs et de la recherche sont essentiels dans la lutte contre le Sida et plus largement dans l'accès à la santé et aux soins. [Pour en savoir plus.](#)



[REC] FILMER C'EST DÉJÀ AGIR EDITION 2021-2022

SIDACTION - ENSEMBLE CONTRE LE SIDA a proposé du 1^{er} décembre 2021 au 20 février 2022 un jeu Concours intitulé « [REC] Filmer c'est déjà agir », consistant en la réalisation de courts métrages de 3 minutes.

Cette opération avait deux objectifs :

- Sensibiliser le jeune public aux nouveaux enjeux en matière de prévention, de dépistage et de traitement du VIH/sida. Combattre la banalisation de la maladie et les discriminations dont sont souvent victimes les personnes séropositives.
- Mettre en avant la question prioritaire du consentement.
- Produire un outil pédagogique de sensibilisation à destination des enseignants ou autres personnes amenés à animer des ateliers de sensibilisation.



Retrouvez les vidéos lauréates du concours : <https://rec.sidaction.org/toutes-les-videos>



► Epidémie de bronchiolite

La **bronchiolite** est une infection respiratoire d'origine virale (notamment virus VRS) qui se caractérise par un épisode de gêne respiratoire : toux, respiration rapide et sifflante. Il s'agit d'une maladie fréquente, et le plus souvent bénigne, qui touche les nourrissons et jeunes enfants de moins de deux ans, surtout en automne et en hiver.

Toutes les régions de France sont actuellement touchées par une épidémie de bronchiolite.

Cette situation a conduit le **Ministre de la Santé et de la Prévention** à [activer le 9 novembre le plan ORSAN EPI-CLIM](#), afin de structurer la réponse du système de santé et de fluidifier les prises en charge pédiatriques dans ce contexte épidémique.

Il existe des gestes simples à adopter pour protéger les enfants et limiter la circulation du virus.

Comment éviter la bronchiolite pour les enfants de moins de 2 ans :

[Affiche de Santé Publique France](#) imagée, élaborée avec des professionnels intervenant auprès de personnes vulnérables. Cette affiche est disponible en 10 langues étrangères





Mon enfant a moins de 2 ans Pour éviter la bronchiolite cet hiver



Lavez-vous souvent les mains
en rentrant chez vous, avant de préparer le repas, etc.



Aérez plusieurs fois par jour
la pièce où vit votre enfant



Si possible, **n'emmenez pas votre enfant**
dans des endroits avec du monde :
magasins, transports, etc.



Évitez si possible les contacts
avec des **personnes malades**



Ne partagez pas les biberons, tétines
ou couverts dans la famille

Lavez régulièrement ses jouets et peluches 



Ne fumez pas à côté de votre enfant

Si votre enfant a des signes de bronchiolite (toux, nez qui coule, gêne pour respirer) il faut **voir un médecin**
S'il n'est pas disponible, **appelez le 15**





D'autres infos et traductions sur :
► www.santepubliquefrance.fr/accessible/virushiver
www.ameli.fr/assure/bronchiolite

Santé publique France - Novembre 2022 - Ref. W-3067-001-2211 - © Graphisme : O. Mayer (Santé publique France)

[Votre enfant et la bronchiolite](#), SPF, 2022, 4 p.

Ce dépliant est destiné à donner aux parents les principales informations sur la bronchiolite : Qu'est-ce ? Comment diminuer le risque ? A quel moment faut-il s'inquiéter ?

Nouvelle version 2022 disponible au CODES 30

Plus d'infos : <https://www.santepubliquefrance.fr/presse/2022/epidemie-de-bronchiolite-en-france-rappel-des-recommandations-de-prevention-et-de-prise-en-charge>



► Mission « Retrouve ton cap »

L'Assurance Maladie propose un nouveau dispositif national « Mission retrouve ton cap », qui vise à améliorer **le suivi et la prise en charge des enfants de 3 à 12 ans révolus**, pour lesquels le médecin qui les suit (médecin traitant, de l'Education Nationale et de PMI) a décelé un risque d'obésité ou de surpoids.

Le dispositif prévoit, conformément aux recommandations de la HAS, une prise en charge pluridisciplinaire précoce et adaptée aux besoins de l'enfant et de sa famille (un accompagnement nutritionnel : diététique et activité physique ; et un accompagnement psychologique), sur prescription du médecin de l'enfant (ou de l'Education Nationale ou de PMI) et mise en œuvre par des professionnels de santé et psychologues de centres de santé et de MSP conventionnés et référencés.

Ce dispositif est pris en charge à 100% par l'Assurance Maladie, sans avance de frais pour la famille.

Plus d'infos sur : <https://www.ameli.fr/medecin/sante-prevention/enfants-et-adolescents/prevention-du-surpoids-et-de-l-obesite-infantile/mission-retrouve-ton-cap-prevention-obesite-infantile>



► Environnement et santé :

D'après l'OMS, la santé environnementale comprend les aspects de la santé humaine, y compris la qualité de la vie, qui sont déterminés par les facteurs physiques, chimiques, biologiques, sociaux, psychosociaux et esthétiques de notre environnement. Elle concerne également la politique et les pratiques de gestion, de résorption, de contrôle et de prévention des facteurs environnementaux susceptibles d'affecter la santé des générations actuelles et futures.

Dans un contexte marqué par l'accélération du changement climatique et le conflit ukrainien, la transition énergétique de la France est plus que jamais la priorité. La France doit sortir de sa dépendance aux énergies fossiles et réduire de 40 % sa consommation d'énergie d'ici 2050. Cela suppose de transformer durablement nos habitudes et nos comportements. C'est le sens du plan sobriété énergétique annoncé par la Première Ministre, Élisabeth Borne, et la Ministre de la Transition énergétique, Agnès Pannier-Runacher, dès le mois de juin et présenté officiellement le 6 octobre 2022.

Campagne de communication

Une campagne de communication, "Chaque geste compte", autour des gestes simples et efficaces au quotidien est lancée le 10 octobre pour sensibiliser les Français.

Plus d'infos sur : <https://www.ecologie.gouv.fr/chaque-geste-compte>



Intoxication au monoxyde de carbone

« Avec la baisse des températures, les risques d'intoxication au monoxyde de carbone (CO) augmentent, en lien avec l'utilisation des appareils de chauffage.

Chaque année, environ 1 300 épisodes d'intoxications au CO survenus par accident et impliquant près de 3 000 personnes sont déclarés aux autorités sanitaires. Invisible, inodore et non irritant, le monoxyde de carbone est indétectable. Des gestes simples contribuent pourtant à réduire les risques.

Une attention particulière doit être portée sur le bon usage des chauffages mobiles d'appoint à combustible et le non recours à des moyens de chauffage de fortune, qui sont particulièrement à risque. »

Source : Santé Publique France

[Voir le communiqué de presse](#) publié le 12 décembre 2022

Des supports pour communiquer



[Les dangers du monoxyde de carbone. Pour comprendre,](#)
Santé Publique France, 2019

Brochure simple et illustrée de la collection "Pour comprendre", conçue dans une démarche d'accessibilité de l'information à tous. Elle explique ce qu'est le monoxyde de carbone et pourquoi, il est dangereux si on le respire ; d'où vient ce gaz ; comment s'en protéger et réagir en cas d'urgence ; comment obtenir des renseignements et à qui s'adresser.



[Les dangers du monoxyde de carbone \(CO\),](#)
Santé publique France, 2019, 32 p.

Cette affiche accessible (collection "Pour comprendre") rappelle que le monoxyde de carbone est un gaz qui ne sent rien, ne se voit pas, et peut être mortel. Elle indique les précautions à prendre pour éviter les intoxications : entretien des appareils de chauffage, respect du mode d'emploi des appareils de chauffage, utilisation des braseros, barbecue et groupes électrogènes dehors et aération au moins dix minutes par jour de sa maison. Elle renvoie sur le site [prevention-maison.fr](http://www.prevention-maison.fr) pour plus d'information.

Plus d'infos [sur le site du Ministère de la santé](#)

2. ACCÈS AUX SOINS ET AUX DROITS

► Santé des femmes

La question des violences a un impact important sur la santé des femmes. Ces formes de violence peuvent entraîner des dépressions, des états de stress post-traumatique et d'autres troubles anxieux, ainsi que des troubles du sommeil, des troubles de l'alimentation et des tentatives de suicide.

Stop aux violences conjugales, sexuelles et sexistes, Intra-familiales

[illegible]

Retour sur la Journée internationale de lutte contre les violences faites aux femmes dans le Gard : <https://www.gard.gouv.fr/Actualites/Journee-internationale-de-lutte-contre-les-violences-faites-aux-femmes-dans-le-Gard>



Le Conseil départemental a présenté le 10 novembre 2022, son 7^{ème}

[Rapport sur la situation en matière d'égalité femmes/hommes.](#)

→ Il se décline autour de 2 volets :

- l'égalité entre les femmes et hommes au sein du Conseil départemental et
- les politiques publiques menées en faveur de l'égalité entre les femmes et les hommes dans le Gard.

→ Plus d'infos, des liens vers :

- L'observatoire des violences faites aux femmes : <http://aidesauxfemmes.gard.fr/observatoire-departemental-gard-egalite-femmes-hommes/>
- Le réseau départemental des droits des femmes du Gard : <http://aidesauxfemmes.gard.fr/reseau-departemental-des-droits-des-femmes-gard/>



EMESO (Equipe Mobile d'Ecoute, de Soutien et d'Orientation) est un nouveau dispositif proposé par Inter'aide au Vigan. Il vise à **prévenir les violences conjugales sur l'arrondissement viganais et à soutenir les personnes qui se sentent en situation de violences au sein de leur couple**. Le service est ouvert du lundi au vendredi, de 9h à 19h.



Une animatrice assure des permanences téléphoniques à destination à la fois des personnes victimes, mais aussi de leur entourage, ou de tout professionnel confronté à une situation, *via* le **06 49 56 65 47** ou **via.emeso@orange.fr**, et se déplace à la demande dans tout le territoire, y compris les zones reculées. Si l'équipe mobile propose une écoute bienveillante, fournit aux victimes des informations et les oriente selon leurs besoins, elle axe son intervention sur la réduction des risques : à ce titre, elle ne fait pas d'intervention d'urgence mais contacte dans ce cas les partenaires adéquats.

Précarité menstruelle

« La lutte contre la précarité menstruelle gagne du terrain en France, notamment pour les étudiantes. Tour d'horizon des aides disponibles pour un accès plus égalitaire aux serviettes et tampons hygiéniques.



Alors que l'Ecosse est devenue en 2020 le premier pays au monde à rendre les protections hygiéniques gratuites, des initiatives émergent en France pour lutter contre la précarité menstruelle. Il s'agit de la difficulté d'obtenir des protections périodiques par manque de moyens. Un sujet encore tabou, et qui touche pourtant de nombreuses femmes. Selon l'association Règles élémentaires, 2 millions de françaises sont victimes de précarité menstruelle.

Pour faire face à ce fléau, des dispositifs ont été mis en place, comme la distribution gratuite de produits de protection hygiénique féminine dans certains collèges et lycées mais aussi dans les universités.

Le 28 février 2021, la ministre de l'Enseignement supérieur, Frédérique Vidal, a annoncé la gratuité des protections périodiques pour toutes les étudiantes. 7% d'entre elles se déclaraient en précarité menstruelle selon une étude de la FAGE (Fédération des Associations Générales Etudiantes), publiée en 2019. Cette mesure a été appliquée dès septembre 2021 pour les étudiantes de l'enseignement supérieur avec la mise en place de 1 500 distributeurs financés par la CVEC (Contribution de Vie Etudiante et de Campus). Cette opération est menée par le CROUS (Centre Régional des Œuvres Universitaires et Scolaires) et les associations étudiantes qui veillent à ce que toutes les universités, résidences universitaires et sites de restauration soient équipés de distributeurs gratuits de protections hygiéniques.

Concernant les alternatives réutilisables c'est une autre histoire... Bien que l'existence d'une distribution de cup, serviettes et culottes lavables au sein d'universités engagées contre la précarité et sensibilisées à la crise écologique existe, elle reste minoritaire. Le prix de vente des protections réutilisables est plus élevé. Il faut compter une dizaine d'euros pour une serviette et une vingtaine d'euros pour une culotte. Ce coût est toutefois rapidement amorti après quelques cycles.

Depuis 2018, la LMDE, mutuelle des étudiantes, rembourse également à hauteur de 20 à 25 euros ses adhérentes qui utilisent tampons, culottes de règles, cup ou encore serviettes hygiéniques. Une première dans l'Hexagone. »

Cet article publié sur le [site « L'info durable »](#), résume bien l'état actuel de la lutte contre la précarité menstruelle.

Des outils pédagogiques pour en parler



Rouge culotte, Fédération des centres pluralistes de Planning familial ASML (FCPPF), 2020.

Présentation de l'outil : <https://www.fcppf.be/portfolio/items/rouge-culotte/>

Disponible en prêt au CRD du Codes 30



« **En règles avec son corps** ». Un outil pédagogique d'Arab Women's Solidarity Association-Belgium. Livret théorique, AWSA-Be, 2018, 129 p.

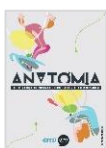
<http://awsa.be/uploads/outils%20p%C3%A9dagogiques/Outil%20r%C3%A8gles%20FINAL.pdf>



Menstrual hygiene matters – Guide de formation à l'usage des professionnels,

Wateraid, s.d., 80 p.

<https://washmatters.wateraid.org/sites/g/files/jkxoof256/files/menstrual-hygiene-matters-guide-de-formation-a-lusage-des-professionnels.pdf>



Anatomia, Fédération des centres pluralistes de Planning familial ASML (FCPPF), 2020.

Présentation de l'outil : <https://www.fcppf.be/portfolio/items/anatomia/>

Disponible en prêt au CRD du Codes 30

La Santé mentale

Impact de la pandémie Covid-19 sur la santé mentale des français

Santé Publique France publie, dans sa revue trimestrielle La Santé en action du mois de septembre 2022, un dossier consacré à la santé mentale de la population française largement dégradée depuis le début de la crise et les premières mesures sanitaires mises en place pendant la pandémie de COVID-19.

- [Télécharger la revue](#)
- [Plus d'infos](#)



Le site Via Psy



La Fédération de Recherche Régionale en Psychiatrie et Santé Mentale (FERREPSY Occitanie) a pour objectifs d'initier, encourager et fédérer les activités de recherche en région Occitanie, de dynamiser les échanges de pratiques et de promouvoir la qualité des soins et de la formation.

C'est dans ce cadre que la fédération a développé le projet **ViaPsY, répertoire pédagogique de l'offre locale en santé mentale**.

ViaPsY, est un répertoire pédagogique qui regroupe l'ensemble des dispositifs et des professionnels qui font des propositions de soins, d'accompagnement, ou d'entraide dans le domaine de la santé mentale.

Le site internet a été pensé comme un véritable support d'aide à l'orientation pour les particuliers comme pour les professionnels. Validé et financé par l'Agence Régionale de Santé Occitanie (ARS) dans le cadre d'un contrat pluriannuel d'objectifs et de moyens (CPOM) signé entre l'ARS et la FERREPSY Occitanie en 2021.

L'équipe qui coordonne le projet ViaPsY est composée de trois personnes qui ont chacune des temps dédiés exclusivement au projet.

Dans chaque département, l'équipe s'appuie sur un comité de pilotage (COFIL) constitué d'acteurs en santé mentale de provenances complémentaires : professionnels du sanitaire, médico-social, social, associatif, acteurs de l'action publique, usagers, familles d'usagers et leurs représentants.

➔ Plus d'infos sur [le projet ViaPsY](#)

Des outils pour parler de la santé mentale

Exposition « D'autres clichés sur la santé mentale »



« Cette exposition est le fruit d'un travail collectif entre le réseau santé mentale sud Ardèche et la photographe Alexa Brunet.

Dans le domaine de la santé mentale, les idées reçues et les clichés sont nombreux. L'exposition vise à apporter un autre regard sur la santé mentale. Les photographies interrogent, questionnent, bousculent ces clichés qui sont hérités de l'histoire, véhiculés par les médias et ancrés dans l'inconscient collectif ». [Voir l'exposition](#)
Disponible en PDF sur simple demande au CODES 30.

Le Jardin du Dedans® : un kit pédagogique pour parler de santé mentale avec les enfants



Créé par Psycomavec le soutien de l'UNICEF France, les planches illustrées du « Jardin du Dedans® » permettent de sensibiliser les enfants à la santé mentale et d'aider les adultes à aborder ces questions complexes avec eux.

[Le Jardin du Dedans®](#) se compose :

- d'une histoire sous forme d'un kamishibai (théâtre d'images) composé de 12 planches illustrées,
- de deux livrets pédagogiques (1. Avant d'animer, 2. L'animation pas à pas).

[Voir le kit](#)

III. POINTS D'ACTUALITÉS MALADIES VIRALES

► « Les antibiotiques : bien se soigner, c'est d'abord bien les utiliser »

Une campagne d'information et de prévention pour lutter contre l'antibiorésistance

En utilisant mieux les antibiotiques, tout le monde peut agir pour préserver sa santé et celle des autres. Pour sensibiliser la population au bon usage de ces médicaments, et donc à la lutte contre l'antibiorésistance, Santé publique France, le ministère de la Santé et de la prévention et l'Assurance Maladie ont lancé une campagne de prévention portée par le slogan « Les antibiotiques : bien se soigner, c'est d'abord bien les utiliser » (YouTube). L'objectif ?

Rappeler que **les antibiotiques ne sont efficaces qu'en cas de maladies bactériennes et que seul un professionnel de santé peut déterminer s'ils sont nécessaires.**

Retrouvez ici les outils développés par Santé Publique France (vidéos, spots TV, spots radio) et documents de prévention mis à la disposition des professionnels de santé et du grand public.

[Pour en savoir plus et télécharger les affiches.](#)



[Affiche à télécharger](#)

Disponible au Codes30



[Voir le marque-page](#) sur le bon usage des médicaments.

Pour plus d'information voir le site [Antibiomalin.fr](#)

Disponible au Codes30

Pour mieux comprendre l'antibiorésistance :

Qu'est-ce que c'est ?

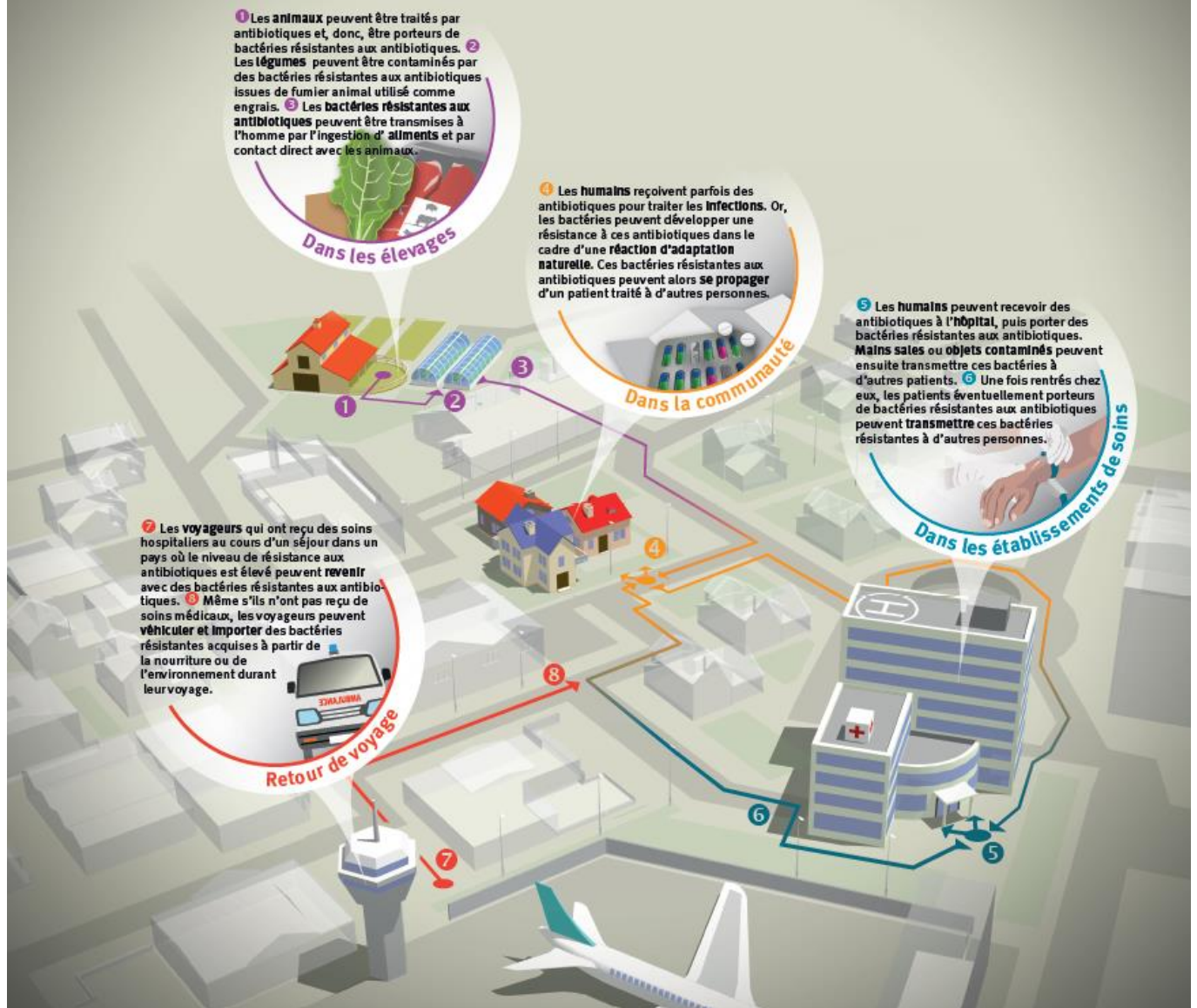
En savoir plus :

<https://www.santepubliquefrance.fr/maladies-et-traumatismes/infections-associees-aux-soins-et-resistance-aux-antibiotiques/resistance-aux-antibiotiques>



Comment la **résistance aux antibiotiques** se propage-t-elle?

La résistance aux antibiotiques est la capacité d'une bactérie à lutter contre l'action d'un ou de plusieurs antibiotiques. Les humains et les animaux ne deviennent pas résistants aux traitements antibiotiques; ce sont les bactéries qu'ils portent qui peuvent le devenir.



Télécharger le document en ligne :

<https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/antibiotic-resistance-spread-fr.pdf>

Comment lutter contre la résistance aux antibiotiques ?

Le bon usage des antibiotiques

Bonne indication

Les antibiotiques sont efficaces uniquement pour traiter les infections causées par des bactéries. Ils ne doivent pas être prescrits pour une infection causée par un virus.

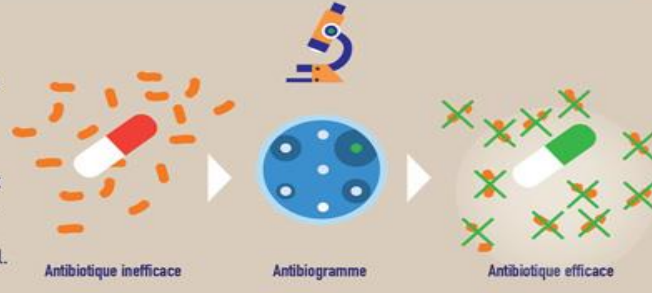


Bonne molécule

Une bactérie peut être naturellement résistante ou devenir résistante à certains antibiotiques. Ces antibiotiques seront alors sans effet sur ces bactéries.

Pour savoir si un antibiotique sera efficace, une analyse bactériologique avec un antibiogramme peut être nécessaire. Son résultat permet d'adapter le traitement. Une molécule dont l'effet cible au mieux la bactérie en cause sera alors prescrite.

Depuis 2016, une analyse bactériologique avec antibiogramme est obligatoire pour prescrire certains antibiotiques à un animal.



Bonne dose

La dose d'antibiotique prescrite doit être adaptée au type d'infection mais aussi à la personne ou à l'animal (âge, poids...).

Si la dose est insuffisante ➤ risque de ne pas guérir de l'infection et risque d'apparition de résistance bactérienne.

Si la dose est excessive ➤ risque majoré d'effet indésirable.



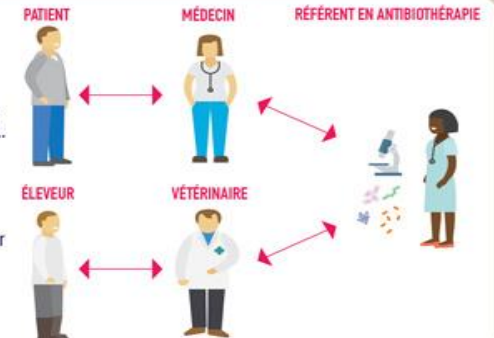
Bonne durée

- La durée de prescription doit toujours être respectée.
- Il existe aujourd'hui des traitements courts (dose unique, 3, 5 ou 7 jours) qui sont efficaces et réduisent le risque que les bactéries développent une résistance.

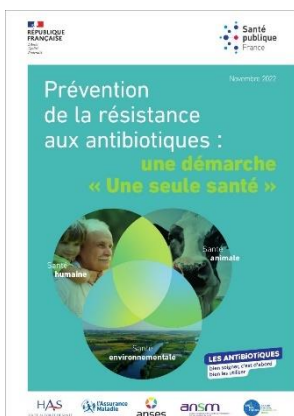


• Un traitement antibiotique ne doit jamais être pris ni réutilisé (même pour une infection du même type) sans avis médical.

• En cas de doute, en ville comme à l'hôpital ou en santé animale, le prescripteur peut prendre l'avis d'un référent en antibiothérapie.



Pour en savoir plus :



[Prévention de la résistance aux antibiotiques. Une démarche « Une seule santé »](#), Santé Publique France, 11-2022, 25 p.

Ce document présente les principaux résultats de surveillance de la consommation d'antibiotiques et de la résistance des bactéries aux antibiotiques pour l'année 2021 en santé humaine, animale et dans l'environnement en priorisant des indicateurs communs, ainsi que des actions mises en œuvre pour la prévention, le contrôle des infections et le bon usage des antibiotiques.

La grippe

La campagne 2022-2023 de vaccination contre la grippe saisonnière a débuté le 18 octobre 2022 **et se termine le 31 janvier 2023**. Jusqu'au 15 novembre, la vaccination contre la grippe était réservée en priorité aux personnes à risque de faire une forme grave de la maladie. Elle est désormais ouverte à toutes les personnes qui souhaitent se faire vacciner.

→ Retrouvez toutes les infos sur la grippe sur le site [Ameli.fr](https://www.ameli.fr)



Télécharger les affiches de la campagne :

- [Affiche - La grippe arrive mais son vaccin est déjà là. Votre pharmacien peut vous vacciner](#) Affiche - PDF, 381.82 Ko
- [Affiche - Penser à son futur bébé, c'est aussi penser à se faire vacciner contre la grippe](#) Affiche - PDF, 676.86 Ko
- [Affiche - Vous qui êtes si proches de vos résidents, vaccinez-vous](#) Affiche - PDF, 2.57 Mo



L'association CoActis Santé dans le cadre de son projet SantéBD, a publié une bande dessinée en langage « facile à lire et à comprendre » (FALC), pour informer sur la grippe, ses symptômes et les traitements pour la soigner.



Voir la BD

https://www.ameli.fr/sites/default/files/Documents/fiche-santebd_grippe_assurance-maladie.pdf



La COVID-19 : Reprise de la circulation du SARS-CoV-2 sur le territoire national

Vaccination

À la suite de l'avis de la Haute Autorité de santé (HAS) du 13 juillet 2022, une 2^{ème} dose de rappel est recommandée :

- Pour les personnes de plus de 60 ans, pour les femmes enceintes, pour les adultes à risque de forme grave et leur entourage : dès 6 mois après le dernier rappel.
- Pour les personnes de plus de 80 ans, les résidents en EHPAD et USLD et les personnes immunodéprimées : dès 3 mois après le dernier rappel ou la dernière infection.



Infographie : [La vaccination, quel vaccin selon ma situation ?](#)

Infographie : [Le rappel pour qui et quand ?](#)

Infographie : [Le rappel obligatoire pour certains professionnels](#)

Infographie : [Dose de rappel et pass vaccinal : mode d'emploi](#)

Affiche : [Je reçois ma 2^{ème} dose de rappel](#)

Troubles menstruels et vaccination Covid-19 [Guide d'aide à la déclaration de pharmacovigilance](#)

Les règles d'isolement

LES RÈGLES D'ISOLEMENT

Je suis complètement vacciné ou j'ai moins de 12 ans*

JE SUIS POSITIF : JE M'ISOLE PENDANT 7 JOURS
Je peux réduire mon isolement à 5 jours si j'ai un test antigénique ou RT-PCR négatif. Si j'ai plus de symptômes depuis 48h.

Je ne suis pas vacciné ou pas complètement

JE M'ISOLE PENDANT 10 JOURS
Je peux réduire mon isolement à 7 jours si j'ai un test antigénique ou RT-PCR négatif. Si j'ai plus de symptômes depuis 48h.

PAS D'ISOLEMENT
Mais j'applique strictement les gestes barrières.

JE SUIS CAS CONTACT
Je réalise un test antigénique ou RT-PCR ou un autotest 2 jours après avoir appris que j'ai été en contact avec une personne testée positive.
Si l'un de mes tests est positif, je deviens un cas et je m'isole.**

* Pour les enfants de moins de 3 ans, se référer au protocole spécifique des Établissements d'Accueil du Jeune Enfant.
** Si mon autotest ou mon test antigénique est positif, je dois confirmer le résultat par un test RT-PCR.

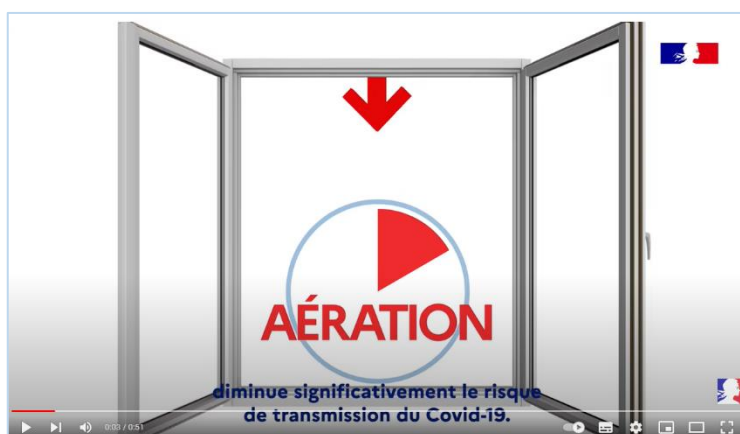
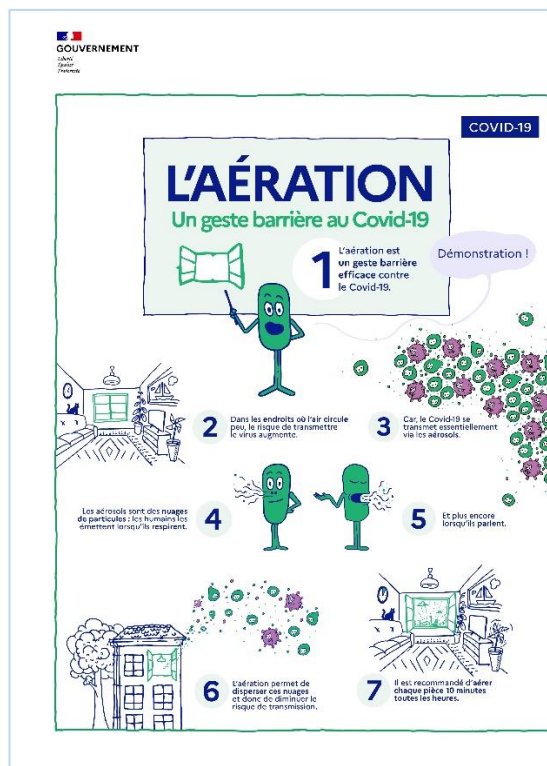
Toutefois, au bout de 5 jours, la personne positive peut sortir d'isolement à deux conditions :

- Elle effectue un test antigénique ou RT-PCR et celui-ci est négatif ;
- Elle n'a plus de signes cliniques d'infection au SARS-CoV-2 depuis 48h.

<https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus/isolement>

Les gestes barrières aux Covid-19 : les nouveaux outils de communication

L'aération :



[Télécharger l'affiche](#)

[Voir la vidéo](#)



Aérez chaque pièce plusieurs fois par jour : 10 minutes toutes les heures si possible.

Le lavage des mains :



[Voir la vidéo](#)



Le port du masque :



[Voir la vidéo](#)



[Télécharger l'affiche](#)

Plus d'info sur : <https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus/gestes-barrieres>

Pour en savoir plus sur la COVID-19, les systèmes de surveillance et la vaccination, consultez le [dossier Santé Publique France](#) et le site [Vaccination Info Service](#). Pour plus d'informations sur les données régionales, consultez les [points épidémiologiques régionaux](#). Retrouvez toutes les données en accès libre sur [Géodes](#).

Sitographie :

- Le site du [Ministère des Solidarités et de la Santé](#), pour s'informer sur les politiques vaccinales et la Covid-19.
- Le site de [Santé publique France](#) pour télécharger les supports diffusables pour le grand public et les professionnels.
- Le site de la [Haute autorité de Santé \(HAS\)](#), pour s'informer sur les recommandations vaccinales.
- Le site [Vaccination-info-service.fr](#), pour s'informer sur la vaccination.
- Le site de [l'Agence nationale de sécurité du médicament et des produits de santé](#) pour s'informer les vaccins.
- Le site [l'Institut national de la santé et de la recherche médicale \(Inserm\)](#) pour s'informer sur la recherche médicale.
- Le site [Covirevac](#), pour devenir volontaire pour tester les vaccins Covid.
- Source : <https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus/vaccins>

Retrouver les lieux où vous faire vacciner sur [Santé.fr](#)

Prenez conseil auprès d'un professionnel de santé le plus proche de chez vous (Sage-femme, pharmacien, médecin traitant, infirmiers, paramédicaux, etc.)



Pensez aux gestes barrières pour prévenir les risques de contamination.

IV. LES RESSOURCES

N'hésitez pas à nous contacter si vous souhaitez apporter des éléments nouveaux : contact@codes30.org

► Les ressources nationales

- [Sites de référence et lignes d'aide à distance](#) par thématique (Santé Publique France)
- [Lignes d'écoute et de soutien actives pendant l'épidémie de Covid-19](#) (ARS Occitanie)

► Les sites internet de référence

	Le site de l' Agence Régionale de Santé Occitanie www.occitanie.ars.sante.fr sur lequel on retrouve aussi des points de situation en Occitanie
 GOUVERNEMENT <i>Liberté Égalité Fraternité</i>	Le site du Gouvernement : www.gouvernement.fr/info-coronavirus
 <i>Liberté • Égalité • Fraternité</i> RÉPUBLIQUE FRANÇAISE	Le site du Ministère des Solidarités et de la Santé : https://solidarites-sante.gouv.fr
 Santé publique France	Le site de Santé publique France : https://www.santepubliquefrance.fr/

Comité de rédaction et contact : contact@codes30.org

Frédérique Arzoumanian, Documentaliste, CODES 30

Béatrice Coste-Seignover, Médecin, DGA Des Solidarités, Conseil Départemental du Gard

Patricia Soler, Chargée de Projets, CODES 30

Mise en forme et Diffusion : Muriel Joué, Secrétaire, CODES 30