

## Lettre d'information n° 4

### « GARD'ons LE LIEN ET PARTAGEONS NOS RESSOURCES »

Jeudi 9 Avril 2020

#### Edito :

Cette lettre s'adresse à tous, elle contient des informations accessibles visant à encourager le maintien du réseau des partenaires gardois, et à partager largement les informations pour améliorer le quotidien en période de confinement. Les objectifs sont également de faciliter l'accès aux ressources gardoises en particulier de soins et aux soignants pendant la crise sanitaire et de favoriser l'adoption d'un nouveau rythme sur une période contrainte.

Elle comprend différentes rubriques : "Les gestes d'hygiène et de prévention, l'accès aux soins et aux droits santé, gardons le rythme dans la vie quotidienne, s'occuper pour les enfants et les plus grands" ; ainsi que des liens vers les sites de référence et numéros de téléphone utiles.

Dans cette nouvelle édition, nous vous proposons également l'**organisation des ressources gardoises** pendant le confinement. Cette liste n'est pas exhaustive et sera complétée au fur et à mesure des prochaines lettres.

Le contenu évoluera au fil des semaines. N'hésitez pas à nous faire des suggestions ; Bonne lecture ! "

## 1. Rappel des gestes d'hygiène et de prévention

**COVID-19** Il existe des gestes simples pour vous protéger et protéger votre entourage



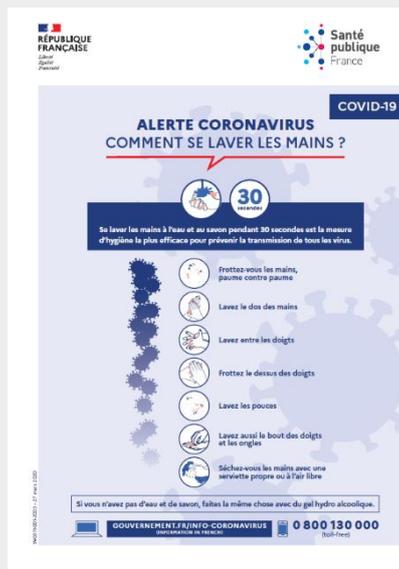
- Se laver les mains très régulièrement
- Tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir
- Utiliser des mouchoirs à usage unique
- Saluer sans se serrer la main, éviter les embrassades

Vous retrouverez les notions essentielles des gestes barrières sur les précédentes lettres d'information du Codes 30, en vous rendant sur notre site internet : [www.codes30.org](http://www.codes30.org)

### De nouveaux supports :

- **Affiche - Alerte coronavirus : comment se laver les mains ? Santé Publique France, 2020**

<https://www.santepubliquefrance.fr/content/download/241074/2551451>



**ALERTE CORONAVIRUS**  
COMMENT SE LAVER LES MAINS ?

30 secondes

Se laver les mains à l'eau et au savon pendant 30 secondes est la mesure d'hygiène la plus efficace pour prévenir la transmission de tous les virus.

- Frottez-vous les mains, paume contre paume
- Lavez le dos des mains
- Lavez entre les doigts
- Frottez le dessus des doigts
- Lavez les pouces
- Lavez aussi le bout des doigts et les ongles
- Séchez-vous les mains avec une serviette propre ou à l'air libre

Si vous n'avez pas d'eau et de savon, faites la même chose avec du gel hydro alcoolique.

GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS 0 800 130 000

- **Affiche - Alerte coronavirus : les tests de dépistage ne sont pas automatiques, Santé Publique France, 2020**

[CLIQUER ICI](#) 



## Plus de conseils sur la vie en confinement



- **Vidéo - Ma vie quotidienne, épisode 1 : comment faire ses courses ?** [CLIQUER ICI](#) 
- **Vidéo - Ma vie quotidienne, épisode 2 : ma maison saine** [CLIQUER ICI](#) 

- **Eviter les intoxications :**

### **l'Anses alerte sur les intoxications liées à la désinfection et à l'utilisation d'eau de Javel**

Depuis le début du confinement mis en place en France pour lutter contre la pandémie de coronavirus, le nombre d'accidents domestiques a explosé. L'agence rapporte que « les centres antipoison signalent de nombreux accidents domestiques et intoxication » depuis début mars.

[CLIQUER ICI](#) 

Concernant les nettoyants et les désinfectants, l'Anses met en garde contre les vapeurs toxiques.

- **Ne mélangez pas plusieurs produits, notamment l'eau de Javel et les détartrant qui, ensemble, produisent des vapeurs de chlore.**
- **Il ne faut pas laver ses aliments avec de l'eau de Javel non plus, et il ne faut pas utiliser de désinfectant de surface pour l'hygiène corporelle.**



[En savoir plus](#)

- **ASSISTANTS FAMILIAUX** accueillant des enfants et des jeunes, à leur domicile, au titre de la protection de l'enfance :

[INFORMATIONS ET RECOMMANDATIONS à ces professionnels](#) 

- **DES INITIATIVES** : L'Institut des Mines et des Télécoms d'Alès utilise l'impression 3D dans la lutte contre le Covid-19

Le laboratoire C2MA (Matériaux et Génie civil) de l'IMT Mines Alès imprime en 3D des montures pour visières de protection. Il produit également des bobines de fil polymères pour les imprimantes 3D du réseau "Shields – visières solidaires du Gard".



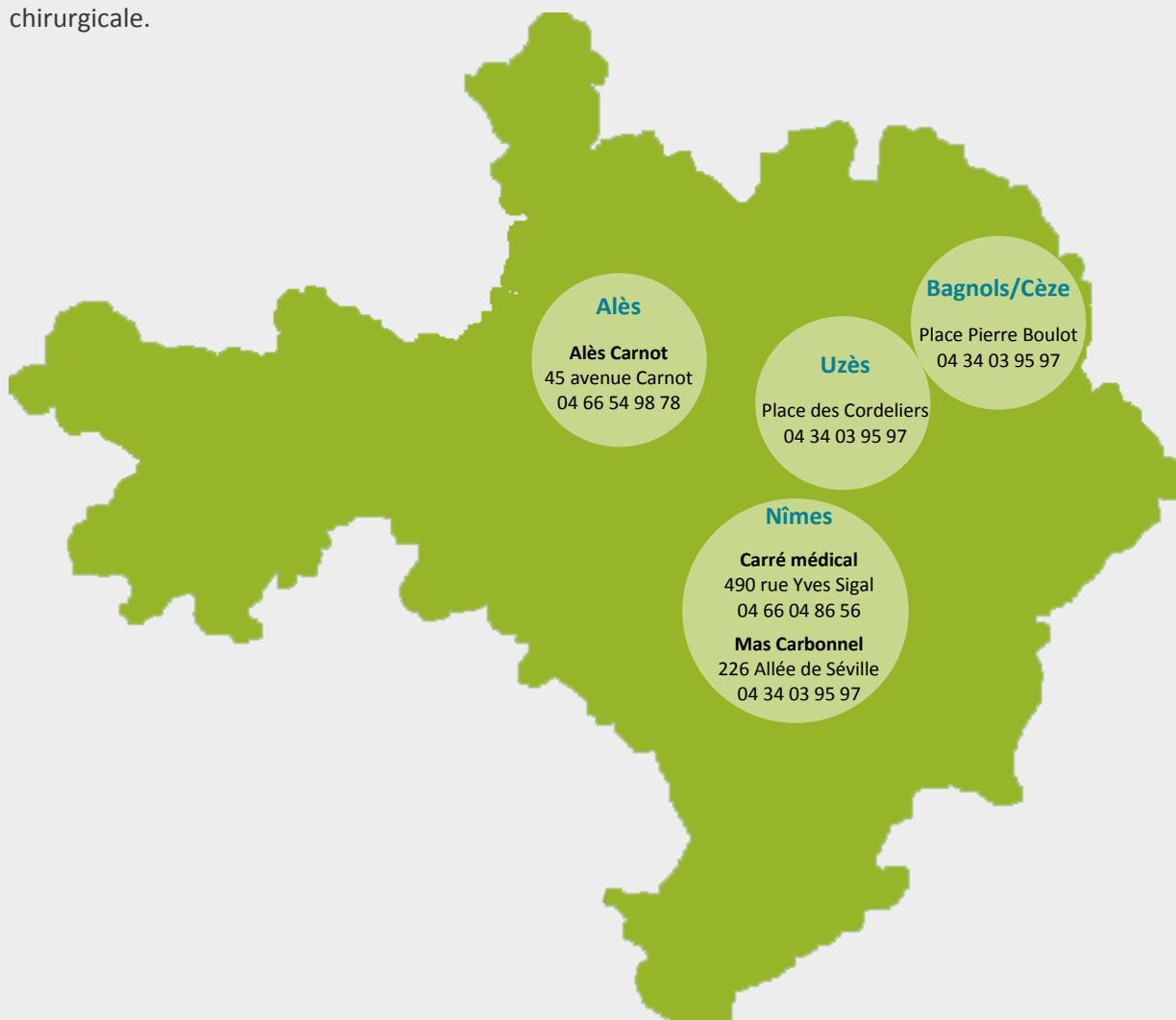
### Les propriétaires d'imprimantes 3D peuvent participer à la lutte contre le Covid-19

Nombre de possesseurs d'imprimantes 3D, notamment des particuliers, s'investissent dans la production de matériel pour les professionnels de santé. Si vous êtes propriétaire d'une imprimante 3D, vous pouvez vous aussi participer à la lutte contre le Covid-19 en vous enregistrant sur la plateforme de la **Réserve citoyenne 3D**. Après inscription, vous pourrez être mis en relation avec des établissements de santé proches de chez vous et en manque d'approvisionnement, principalement pour des protections faciales.

## 2. ACTUALITES ACCES AUX SOINS ET AUX DROITS SANTE

### 2.1. LE DEPISTAGE COVID 19 - DES DRIVES

Le groupe Inovie, laboratoire d'analyses en Occitanie a ouvert 22 drives en Occitanie. 5 sites dans le Gard. Ces centres sont accessibles uniquement sur ordonnance du médecin traitant et sur rendez-vous (par téléphone ou internet). Ils accueillent les patients symptomatiques du coronavirus, les personnes atteintes de maladies chroniques à risques (voir la liste en fin d'article), les plus de 70 ans et toujours les professionnels de santé. Et bientôt, les patients qui devront subir une intervention chirurgicale.



## 2.2. LA SANTE MENTALE A L'EPREUVE DU CONFINEMENT :

- **Inégalités sociales de santé et coronavirus**

**Un risque supplémentaire pour les personnes déjà en situation difficile** avant l'entrée dans la crise sanitaire.

L'activité des soignants est essentielle, les citoyens le savent et les remercient fortement, l'engorgement des services de réanimation est publié et forcément visible pendant cette période. Ensuite, viendra l'observation des inégalités sociales de santé pendant et après le temps de l'urgence sanitaire. L'analyse et l'évaluation des ISS seront essentielles pour proposer des pistes d'action en particulier la mesure des effets du confinement, obligatoire pour sauver des vies, pourrait avoir des répercussions à long terme sur la santé mentale.

Nous ne sommes pas égaux devant le vécu de cette situation et notre état psychique est fortement influencé par les conditions dans lesquelles nous sommes amenés à vivre cette pandémie.

Notre état de santé avant l'épidémie, est fortement déterminé par notre appartenance à une catégorie sociale ou une autre et à nos habitudes de vie.

Notre logement et notre cadre de vie et aussi la richesse de nos liens sociaux et de ceux que nous pourrions maintenir en fonction de notre équipement ou de notre capacité à s'en saisir seront des déterminants de notre santé mentale dans cette période de crise

Certains groupes populationnels sont à surveiller et à accompagner au mieux pendant la traversée de cette période singulière : Les plus précaires sont à risque, entre autres, d'exposition au manque de nourriture, à la contamination par surpopulation dans leurs lieux de confinement, aux addictions....Les femmes et les enfants sont les plus exposés à la recrudescence de violences intra-familiales....Les parents confinés avec une personne porteuse d'un handicap sont à risque d'épuisement physique et mental....Les familles ont peur du manque d'argent et du risque de limitation des activités des services qui garantissent l'accès à leurs droits...



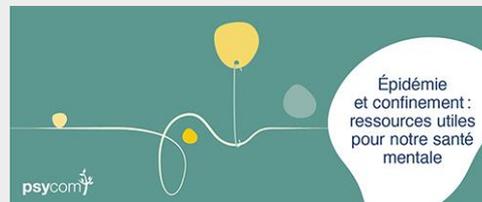
**Inégalités sociales de santé au temps du coronavirus : constats et pistes d'actions pour la promotion de la santé, IREPS Auvergne Rhône-Alpes, 30-03-2020, 6p :**

[CLIQUER ICI](#)



## Épidémie et confinement : ressources utiles pour notre santé mentale (source : Psycom)

Extrait article : « L'épidémie que nous vivons et le confinement associé ont un impact sur notre santé mentale. Psycom recense des ressources utiles et régulièrement actualisées pour vous aider à faire face à la situation, prendre soin de votre santé mentale et de celle des autres ».



**Un numéro vert national a été mis en place pour accompagner et aider la population française en détresse psychologique : [0 800 130 000](tel:0800130000). Ouvert 24h/24, 7J/7. Ce numéro initialement dédié à une ligne d'information sur le Coronavirus assure également un soutien psychologique.**

- [Prendre soin de sa santé mentale](#)
  - [Se protéger des fausses informations](#)
  - [Aider les enfants](#)
  - [Aider les patients, les personnes en situation de vulnérabilité et les soignants](#)
  - [Développer l'entraide et la solidarité](#)
- 
- **Prise en charge des patients souffrant de pathologies psychiatriques en situation de confinement à leur domicile. Méthode de réponses rapides. Validé par le Collège le 1er avril 2020, Haute Autorité de santé (HAS), 2020. Fiche. Réponses rapides dans le cadre du COVID-19 :**

[CLIQUER ICI](#) 

## PLATEFORMES GRATUITES D'ECOUTE ET SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE EN LIGNE

### COVID19 – CONFINEMENT

#### POUR LE PERSONNEL SOIGNANT

- **Numéro vert national** de l'association Soins aux Professionnels en Santé.  
24/24 et 7/7 des psychologues vous répondent au **0 805 232 336**.
- **PsyForMed.com** : plateforme de prise de rdv en ligne (téléphone ou visioconférence) avec un psychologue bénévole.
- **Psychologues-solidaires.fr** : plateforme de prise de rdv en ligne (téléphone ou visioconférence) avec un psychologue bénévole.
- **Psy-solidaires-covid.org** : listing de psychiatres bénévoles proposant des créneaux de téléconsultation.

#### POUR LA POPULATION GENERALE

- **Association Terrapsy** : accompagnement psychologique par téléphone et en urgence.  
Entretiens avec un psychologue proposés en français, anglais et arabe 7/7 au **0 805 383 922**.
- **Cogito'z** : hotline d'écoute et de soutien au **0 805 822 810**.
- **Psysolidaires.org** : plateforme de prise de rdv en ligne (téléphone ou visioconférence) avec un psychologue bénévole.
- **De nombreux psychologues proposent des permanences gratuites via le site Doctolib.**
- **SOS Amitié** : des écoutants bénévoles sont à votre écoute 24/24 si vous avez besoin de parler pour rompre l'isolement, au **09 72 39 40 50**.

#### CELLULE D'URGENCE MEDICO-PSYCHOLOGIQUE

- **En cas de détresse psychologique importante, contactez le 0 800 130 000.**

#### VICTIMES DE VIOLENCES PHYSIQUES, PSYCHOLOGIQUES, CONJUGALES

- **Numéro national d'Aide aux Victimes** : 116 006.
- **Numéro national d'aide aux femmes victimes de violences et à leur entourage** : 39 19.
- **Enfant en danger** : 119.
- **En cas d'urgence, appelez le 17.**
- **Plateforme de signalement des violences** : <https://arretonslesviolences.gouv.fr>

- **La continuité des soins : IVG et confinement**

**La Prise en charge des IVG** (source ARS Occitanie) :

L'activité d'interruptions volontaires de grossesse connaît de fortes tensions dans cette période, notamment en raison de la réduction des plages de bloc opératoire disponibles et de la fermeture des PMI. Pour répondre aux demandes d'IVG, dans des conditions ne conduisant pas à dépasser les délais légaux d'IVG, il convient d'adapter l'offre :

- Privilégier le plus possible la prise en charge des IVG médicamenteuses en ville.
- Mobiliser l'outil de téléconsultation.
- Aménager le parcours d'IVG instrumentale en secteur hospitalier.
- Accompagner le recours tardif à l'IVG.



NB : Des travaux sont en cours pour expertiser la faisabilité d'un allongement de l'IVG médicamenteuse en ville de 7 Semaines d'Aménorrhée à 9 Semaines d'Aménorrhée.



Un site national pour répondre à vos questions : <https://ivg.gouv.fr/>

France Inter : la continuité des soins et de l'IVG : [CLIQUER ICI](#)



### 2.3. ACCES AUX DROITS SANTE : CPAM

- **Accès aux soins** : Les renouvellements de médicaments sont possibles auprès des pharmacies même avec une ordonnance périmée. Les CPAM disposent d'une liste de médecins et infirmiers pouvant prendre en charge des patients à distance ou avec les créneaux horaires disponibles.
- **Traitement prioritaire des prestations suivantes** : enregistrement des arrêts de travail, paiement des indemnités journalières, enregistrement des démarches "accidents du travail/maladies professionnelles", paiement des rentes, paiement des pensions d'invalidité, frais de santé parvenus de façon dématérialisé (via carte vitale).
- **AME et soins urgents** : Les nouvelles demandes d'AME se font par courrier. Si les droits AME d'un assuré expirent pendant la période allant du 11 mars au 31 juillet, une prolongation des droits de 03 mois est réalisée automatiquement. Les accueils des CPAM étant fermés, il n'y a pas de délivrance de la carte. Pour les soins urgents et vitaux, une dispense de demande préalable d'AME par les établissements de santé est prévue pendant toute la durée de la période d'urgence sanitaire.



**Pour plus d'information** : la CPAM est joignable par mail et disponible via le compte [www.ameli.fr](http://www.ameli.fr) Possibilité de poser des questions en ligne.

### 3. GARDONS LE RYTHME DANS LA VIE QUOTIDIENNE

(Alimentation, activité physique, sommeil, gestion du stress)

#### • ALIMENTATION



de la semaine :

#### Augmenter sa quantité de fruits et légumes :

« Parce qu'ils sont riches en vitamines, en minéraux, en fibres et parce que leur effet favorable sur la santé a été démontré. Ils ont un rôle protecteur dans la prévention de maladies apparaissant à l'âge adulte (...) Enfin



et surtout, ils offrent une incroyable variété de saveurs, tout ce qu'il faut pour conjuguer santé et plaisir. En plus des fruits et légumes, il est recommandé de consommer une petite poignée de fruits à coque (noix, noisettes, amandes et pistaches non salées, etc.) par jour, riches en acides gras polyinsaturés et en particulier en oméga 3 pour ce qui est des noix.

Sous toutes leurs formes : frais, surgelés, en conserve, cuits ou crus... et aussi sous forme de compotes (maison ou de préférence « sans sucres ajoutés »), de soupes... et Privilégiez les fruits et légumes de saison qui sont souvent moins chers et plus savoureux et ceux produits localement. Si vous le pouvez, privilégiez les fruits et légumes bio ».



#### Les recommandations alimentaires de Santé Publique France - 8 Vidéos

Pourquoi je déteste les légumes ? Pourquoi je mange toujours la même chose ?

Pourquoi on parle de plus en plus des légumes secs ?... [CLIQUER ICI](#)



#### Pour trouver d'autres idées recettes : la fabrique à menus -

<https://www.mangerbouger.fr/Manger-mieux/Vos-outils/Fabrique-a-menus>



Liste des communes autorisées à maintenir un marché alimentaire :





## INITIATIVE : Coronavirus, le département du Gard lance un jeu concours : « le Gard dans nos assiettes »

L'objectif du concours est de sensibiliser les Gardois à la consommation locale et de saison afin de valoriser les circuits-courts.

Principe du jeu concours :

- Un des Chefs de l'association « Gard aux Chefs » propose une recette filmée, à base d'un produit local de saison et d'ingrédients faciles à trouver dans son placard.
- Les internautes sont ainsi invités via le concours, à revisiter cette recette en proposant leur version de la recette du Chef avec un ingrédient imposé et à poster à leur tour la vidéo de leur réalisation sur le Facebook du Département ou sur celui de l'association.

Visionnez la vidéo de cette 1ère semaine du jeu concours avec la recette à base de fraise, proposée par Serge Chenet, du restaurant « Entre Vigne et Garrigue » : [ICI](#)



### Pour avoir plus d'infos sur le déroulement du concours :

<https://www.objectifgard.com/2020/04/04/coronavirus-le-departement-et-gard-aux-chefs-lancement-un-jeu-concours-le-gard-dans-nos-assiettes/>

- **ACTIVITE PHYSIQUE :** Bouger en confinement avec l'association Siel bleu : <https://www.sielbleu.org/bouger-en-confinement>

- Un Facebook live, où chaque jour un bénévole propose un cours d'activité physique à 14h pour garder la forme et le sourire accessible à toute génération ;
- Des fiches d'exercices pratiques et des vidéos en ligne destinées aux personnes en fragilité pour continuer à faire un peu d'activité.



- **STRESS ET SOMMEIL :**

Une affiche pour Faire face au stress durant la flambée de maladie à coronavirus COVID-19, Organisation Mondiale de la santé

[CLIQUER ICI](#)



**Parents, comment limiter les conséquences du confinement sur le sommeil de vos enfants ?**

Institut national du sommeil et de la vigilance

[CLIQUER ICI](#)

## LE MATIN <sup>4</sup>

Garantir le bon fonctionnement de l'horloge biologique

**Se lever à horaires réguliers et s'exposer à l'ensoleillement ou à une forte lumière**

Ceci est **très important** pour notre horloge biologique. Là aussi, pour les adolescents couche-tard / lève-tard, choisissez avec eux un horaire un peu plus tardif, adapté à leur **rythme naturel, mais fixe**.

**Ne pas le laisser traîner au lit si la nuit a été mauvaise**

❓

Pour aider votre enfant à mieux dormir : **aidez-le à garder un rythme veille-sommeil stable !**

Et surtout, **prenez soin de vous en tant que parent, autant que de votre famille.**

## LA NUIT <sup>3</sup>

Rendre la nuit propice au sommeil

**Respecter l'intimité de la chambre de votre enfant, de votre adolescent**

C'est son espace personnel. Pour qu'il s'y sente bien, laissez-le l'organiser comme il le souhaite - avec votre aide.

**Garder une chambre calme, à température fraîche et sombre**

Voulez à garder une chambre aux alentours de 18-20 degrés. Si votre enfant a peur du noir : permettez un éclairage mais de faible intensité (porte ouverte, veilleuse...), loin de la tête de votre enfant.

## LA JOURNÉE <sup>1</sup>

Construire sa journée vers un bon sommeil

**Quitter le lit**

En confinement, vos jeunes ont tendance à tout faire dans leur lit : travailler pour l'école, lire, manger, échanger via les réseaux sociaux... mais cela peut compliquer l'endormissement le soir.

**S'exposer à la lumière, bouger, manger régulièrement**

C'est indispensable pour que l'horloge biologique puisse **réguler nos rythmes veille-sommeil !** Si c'est autorisé, **sortez tous les jours**, même brièvement. De plus, on peut faire de l'activité physique même à l'intérieur !

**Se sentir en sécurité**

Se sentir en sécurité permet à votre enfant de **lâcher prise le soir**. Rassurez-le en restant réaliste. **Bannissez l'exposition permanente aux actualités** qui sont anxiogènes. **Aidez-le à gérer ses émotions** sans (trop) partager les vôtres. **Montrez que vous vous protégez**, apprenez-lui à le faire.

## LE SOIR <sup>2</sup>

Bien préparer son sommeil

**Gérer les écrans**

Évitez les écrans le soir, pour toute la famille ! Et ce 1 ou 2 heures avant le coucher. Cela permettra de découvrir d'autres activités à partager !

**Ritualiser**

Conserver les routines du soir (histoires, câlins, musique...) voire les renforcer.

**Ecouter les pensées de votre enfant**

Le soir, c'est un moment propice à une certaine **complicité**. Le soir, ce n'est pas le moment de discuter des événements négatifs de la journée - cela peut générer un stress inutile avant d'aller dormir.

**Gérer l'anxiété**

Il est possible de **pratiquer des stratégies d'apaisement** (comme la relaxation ou la méditation).

**Se coucher à horaires réguliers**

Pour vos adolescents, ils sont naturellement couche-tard / lève-tard. Choisissez avec eux un horaire un peu plus tardif, adapté à leur **rythme naturel, mais fixe**.

Brochure de la Société Française de Recherche et Médecine du Sommeil (SFRMS) téléchargeable :

[CLIQUER ICI](#)



# IL N'Y A PAS DE "BONNE" ÉMOTION À ÉPROUVER EN CETTE PÉRIODE DE CONFINEMENT

(oui, nous avons le droit d'avoir peur, d'être abattu ou même de ressentir de la sérénité)

Source : <https://apprendreaeducer.fr/emotions-adulte-confinement/>

## 4. Pour les enfants et les plus grands (spécial vacances scolaires)

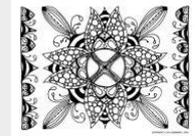
### Des activités diverses pour tous :

- **Jouer aux exercices. Jeux et exercices pour parents et enfants, Ministère de l'éducation, du loisir et du sport, Kino-Québec 2012, 44p.**

[CLIQUER ICI](#)



- **Coloriages complexes pour adultes : [CLIQUER ICI](#)**



- **Chant : les paroles de 945 chansons : [CLIQUER ICI](#)**



- **Superpuzzle : un site de puzzle gratuit pour les enfants : [CLIQUER ICI](#)**



**ON S'AMUSE OUI, MAIS ON REVISE UN PEU DE TEMPS EN TEMPS**

(pour les primaires-collèges-lycées) : <https://www.lumni.fr/>

- **[COLLEGIEN] Raconte ton confinement ! Département du Gard**

Tu es collégien dans un établissement gardois ? Participe jusqu'au 15 avril 2020 à « Nouvelles de confinement » en racontant ton quotidien durant cette crise du Covid-19 !

[CLIQUER ICI](#)



**Faciliter les contacts à distance avec l'entourage affectif des enfants : téléphoner, envoyer une carte, communiquer via les outils numériques, rendre service : gardons le sourire et soyons inventifs !**

**Des ressources pour répondre aux besoins des parents :**

<http://www.enfance-et-covid.org/>

## 5. ORGANISATION DES RESSOURCES GARDOISES PENDANT LE CONFINEMENT

Nous compilons au fur et à mesure des informations sur la façon dont les structures gardoises s'organisent en cette période de confinement.

Ce document évolutif est accessible en **CLIQUANT ICI**

N'hésitez pas à nous contacter si vous souhaitez y apporter des éléments !



### DES SITES INTERNETS DE REFERENCE

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



### DES NUMEROS UTILES :

#### AIDE A DISTANCE des numéros nationaux



- ⇒ Numéro vert répondant à toutes vos questions sur le **Coronavirus COVID-19** en permanence, 24h/24 et 7j/7 : **0800 130 000**
- ⇒ **SOS amitié**. Service anonyme et gratuit de à l'écoute des personnes en situation de détresse, 24h/24 et 7j/7 – **SOS Help** (English) : 01 46 21 46 46 - 09 72 39 40 50
- ⇒ **Solidarité numérique**. Centre d'aide pour les démarches en ligne essentielles **01 70 772 372** - Appel non surtaxé, du lundi au vendredi, de 9h à 18h  
<https://solidarite-numerique.fr/#toutes-les-ressources>

- **Dépliant : Aide à distance en santé : Contacts utiles, Santé Publique France, 2020**  
Dépliant qui donne les coordonnées téléphoniques et internet des 16 services de téléphonie santé soutenus par Santé publique France, avec pour chacun un petit descriptif, les heures d'ouverture de la ligne et le coût de l'appel.

- **Santé info droits**

Usagers & patients face au SARS-CoV-2 : vos questions, nos réponses (site actualisé)  
**01 53 62 40 30** (Lundi, mercredi et vendredi : 14h-18h. Mardi et jeudi : 14h-20h)  
<https://www.france-assos-sante.org/actualite/covid-19-questions-reponses/>



Comité de rédaction et contact : [contact@codes30.org](mailto:contact@codes30.org)

Julie Alborghetti, Directrice du Développement, CODES 30

Frédérique Arzoumanian, Documentaliste, CODES 30

Béatrice Coste-Seignovert (Médecin, DGA Des Solidarités) Conseil Départemental du Gard

Patricia Soler, Chargée de Projets, CODES 30

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