



# SANTÉ VOUS BIEN

Déc.  
2020



## Lutte contre le gaspillage alimentaire : une plus-value pour l'Atelier Santé Ville Amenez vos conserves chez vous !

L'Atelier Santé Ville, le SICTOM du Marsan, le CIAS, la Plateforme Sociale, l'IUT, Le goût des saisons et des maraîchers du marché Saint Roch, se sont unis autour d'un projet de sensibilisation contre le gaspillage alimentaire.

En France, les pertes et gaspillages alimentaires représentent 10 millions de tonnes de produits par an, soit une valeur commerciale estimée à 16 milliards d'euros.

Le gaspillage a des conséquences aussi bien pour les hommes que pour la planète. Nous ne nous rendons pas compte de ces impacts car ils ne sont pas directement observables mais ils affectent aussi bien les ressources naturelles, les populations souffrant de la faim que les agriculteurs. Comprendre ces impacts et s'interroger sur son alimentation au quotidien est une étape essentielle pour apprendre à faire des choix de consommation plus responsables. Vous êtes invités à participer au prochain atelier.

**Renseignements : Sandra BERTRANNE Coordinatrice de l'ASV, 05 58 48 75 02**



## PAS DE CONFINEMENT POUR LE SIDA !

Même en cette période, pensez à vous tester ! Possibilité de demander un test gratuit, qui vous sera envoyé à domicile, pour le faire vous-même. Prenez soin de vous !

**Contact : Pascal TRIBOU**  
08 73 32 08 80

## HANDICAP

Une question ?  
Besoin d'aide ?  
Besoin de conseils ?



Contactez le Centre Ressources Handicap  
**L'ARBRE À SOURCES**

Infos gratuites, orientation vers les services ou aides adaptés à vos besoins, soutien, écoute...

**Pauline LAFARGUE : 08.74.50.73.44**  
pauline.lafargue@majouraou.fr

**CONFINÉS PAS IMMUNISÉS**  
CONTINUONS DE RESPECTER LES GESTES BARRIÈRES

**CONFINÉS PAS IMMUNISÉS**  
CONTINUONS DE RESPECTER LES GESTES BARRIÈRES

DES SYMPTÔMES ? UN DOUTE ? JE N'HÉSITE PAS À ME FAIRE DÉPISTER

RENSEIGNEMENTS : 05 58 46 75 02  
SANDRA BERTRANNE,  
COORDINATRICE DE L'ATELIER SANTÉ VILLE

**EN CAS  
D'URGENCE**

**POMPIERS.....18**  
Incendies/accidents/Urgences médicales

**SAMU.....15**  
Urgences médicales

**POLICE SECOURS.....17**  
GENDARMERIE

**PHARMACIE DE GARDE.....14**



## Changez d'air ! Un concours d'affiches pour sensibiliser les enfants à la qualité de l'air intérieur

Accompagnée de nombreux partenaires et soutenue par l'Agence Régionale de Santé de Nouvelle-Aquitaine, la Mutualité Française Nouvelle-Aquitaine organise chaque année, le concours « Changez d'air ! » pour les élèves de cycle 3 des écoles élémentaires publiques de la région. Sollicités pour la création d'une affiche, les écoliers sont d'abord sensibilisés à la qualité de l'air intérieur avec l'aide de leur enseignant et des outils pédagogiques qui leur sont mis à disposition. Actualité oblige, il sera aussi question de lavage des mains, de gel hydroalcoolique et de désinfection. La lutte contre le Coronavirus et l'utilisation massive de produits chimiques ne sont pas sans conséquence sur la qualité de notre air intérieur.

Ensuite, ils réalisent une affiche pour illustrer graphiquement le thème « Changez d'air ! » à partir de leurs représentations d'un habitat sain et de son impact sur la santé.

Au printemps, un jury désignera l'affiche lauréate. Cette dernière sera alors imprimée et envoyée dans toutes les écoles primaires de la région.

Contact : Marie GARDEIL – 0607762465 – marie.gardeil@n.aquitaine.mutualite.fr

## Confiance en moi Confiance en toi

Les ateliers « Confiance en moi, confiance en toi » sont organisés sur le quartier du Peyrouat en collaboration entre l'Antenne des Landes de l'IREPS Nouvelle-Aquitaine et la Politique de la Ville de Mont de Marsan Agglomération et soutenu par l'Agence Régionale de Santé (ARS) Nouvelle-Aquitaine.

Ces ateliers sont des moments conviviaux et d'échanges entre enfants et parents, mais aussi entre parents et professionnels. Ces temps de rencontre participent au renforcement des liens familiaux, des compétences parentales et des compétences sociales et émotionnelles des familles. En 2020, compte tenu de la situation sanitaire, le projet a été adapté sous forme de courtes capsules vidéo d'activités à réaliser en famille et à la maison. Diverses thématiques y sont abordées : communication positive, jeu collaboratif, confiance en soi et en l'autre, connaissance des émotions.

Pour 2021, les ateliers reprendront sous leur format habituel : des rencontres parents / enfants autour d'activités participatives et ludiques, de temps de réflexion partagé entre enfants et parents et de supports remis à l'issue des séances dans une visée de montée en compétence des familles et des professionnels relais, proches des habitants.



## La santé en Jaune et Noir

### Le sport comme thérapie

5<sup>ème</sup> année d'activité pour la section « Sport Loisir & Santé » sur Ordonnance du Stade Montois Omnisports. Année nouvelle, concept nouveau puisque l'organisation de tous les ateliers et activités entrent dans le cadre du programme régional PEP'S (Prescription d'Exercice Physique pour la Santé) de Nouvelle Aquitaine.

La saison écoulée a été fortement perturbée par la crise due au COVID 19 et malheureusement la présente démarre avec cette nouvelle période de confinement.

Cependant, nous gardons espoir et nous pensons retrouver le chemin des salles dès le début de l'année 2021.

Le principe reste le même, la personne atteinte d'une maladie chronique doit être orientée par son médecin traitant, généraliste ou spécialiste vers notre structure d'accueil. Entendue par notre éducateur référent, il lui sera alors proposé une activité adaptée à son état de santé. L'objectif recherché est de permettre à des personnes atteintes de maladies chroniques, dans le but d'améliorer leur état de santé, de pratiquer une activité physique adaptée, de diminuer les traitements médicamenteux et de se réinsérer dans la vie sociale.

Ce dispositif reste toujours plébiscité par les professionnels de santé qui durant ces quatre premières années ont constaté le bien physique et moral apporté à leurs patients.

Ce dispositif est déployé également aux personnes en situation de précarité et dans le cadre de la politique de la ville aux habitants des quartiers sensibles.



## Journée de sensibilisation d'expression corporelle chez les jeunes

Le Mercredi 28 octobre 2020, l'association Couleur Caraïbes a organisée une journée de sensibilisation sur l'expression corporelle chez les jeunes.

Nous avons réuni un groupe de 10 personnes âgés de 12 à 17 ans.

Lors de cette journée nous avons collaborés avec les infirmières d'ASALE pour parler de la confiance en soi

tout en apportant un petit clin d'œil au mois sans tabac.

Cette journée qui sera renouvelée de façon régulière permet d'attirer l'attention des jeunes sur les bienfaits de la danse et sa concordance avec les sujets de société qu'ils traversent.

La danse est un moyen d'expression réel, un art, utilisée par la majorité des jeunes ( tiktok...) c'est pourquoi l'utiliser comme outil est primordial pour l'association Couleurs Caraïbes.

Nous remercions Monsieur Vincent De la Calle, délégué du préfet des Landes de nous soutenir dans nos actions et de se rendre présent lors des interventions.

Direction Politique de la Ville  
et Rénovation Urbaine  
Tel. : 05 58 46 75 02



Référents & partenaires

