

2020

# Rapport d'activité

# CoDES

Comité départemental d'éducation  
pour la santé des Hautes-Alpes



codes  
Comité départemental  
d'éducation pour la santé  
HAUTES-ALPES



Une année bien particulière...  
Mais riche, intense, et remplie de  
projets et de belles réalisations !

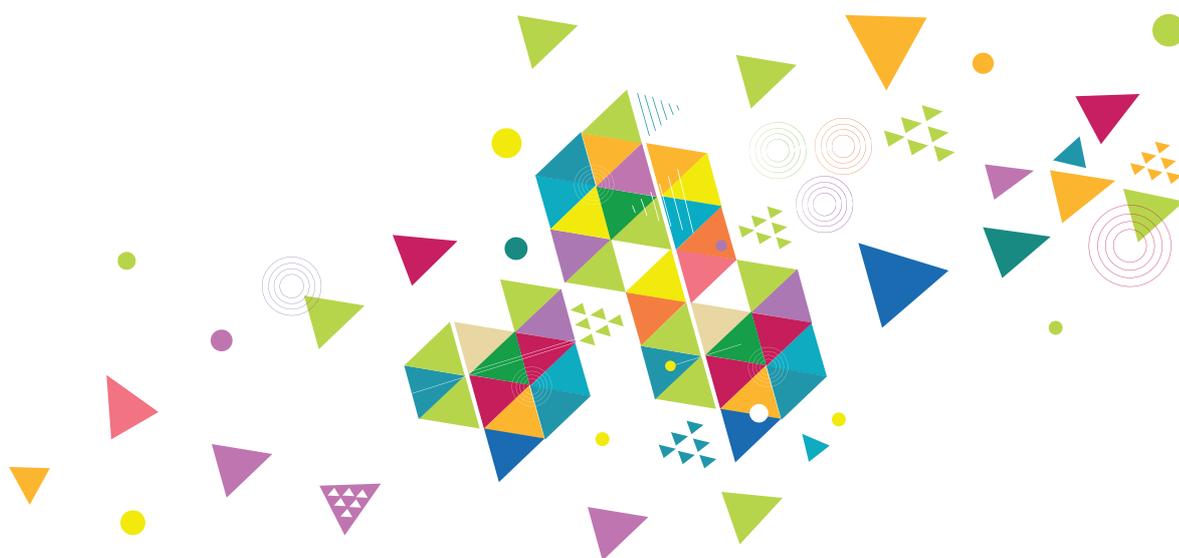
Nous espérons que ce rapport  
d'activités illustrera toute l'énergie et  
l'enthousiasme investis pour mener à  
bien nos actions de promotion et  
d'éducation à la santé sur le  
département des Hautes-Alpes.

Bonne lecture !

L'équipe du CoDES 05

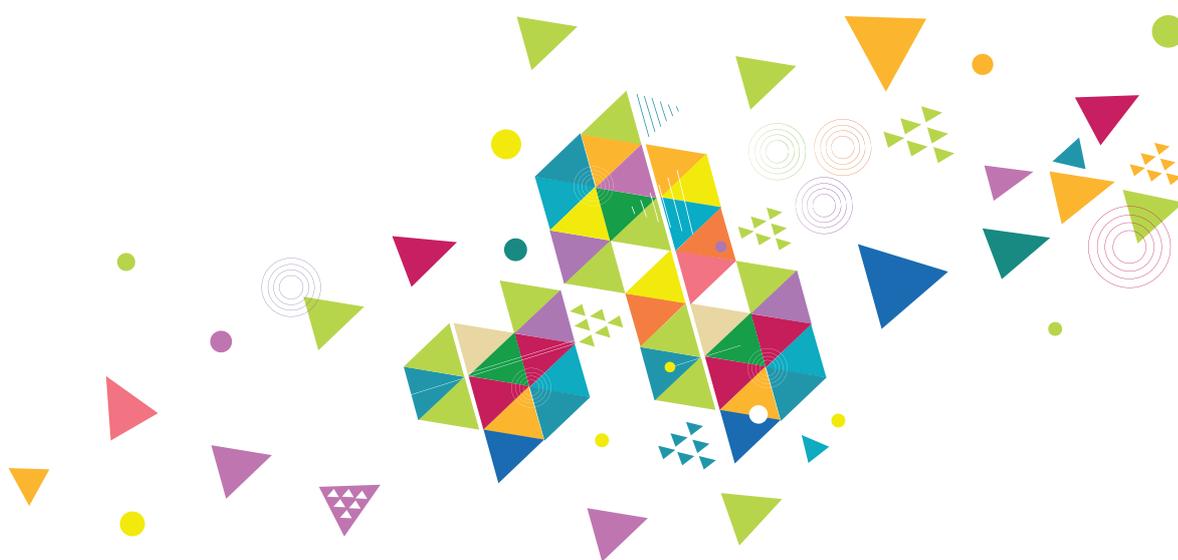
# Sommaire

• Preamble	5
• Présentation du CoDES 05	9
• Missions permanentes	17
• DRSPI PPS	23
• Missions spécifiques	33
• Petite enfance	43
• Enfants / Adolescents / Jeunes	47
• Personnes en situation de handicap	61
• Personnes vieillissantes	65
• Santé environnementale	69
• Stands partenaires – Ateliers grand public	73





# Préambule



# Le rapport moral du Président

Madame, Monsieur, Chers Amis,

**Quelle année venons-nous de vivre ?!**

**A la fois inédite, difficile et riche d'enseignements...**

La société dans son ensemble a été remaniée par l'arrivée d'une pandémie à laquelle elle n'était que très mal préparée. La santé publique a pris le pas, au moins transitoirement, sur les autres priorités du pays à travers le maintenant fameux « Quoiqu'il en coûte » et la présence d'un ennemi microscopique a rapidement modifié nos comportements et nos habitudes de fonctionnement au quotidien.

Dès le mois de Mars 2020, nous avons réagi en tant que structure de prévention et éducation à la santé en relayant les informations et les conseils concernant la gestion de l'infection par le coronavirus avec des prises d'initiatives et des actions locales. Nous étions prêts à agir sur le terrain, mais l'absence de consignes de travail ne nous a pas permis d'être aussi présents que nous l'aurions souhaité.

Dans ce contexte de modifications des conditions de travail, nous avons su rapidement adapter les moyens avec le télétravail et l'usage de la visio-conférence. Chacun s'est plié aux nouvelles règles et a su rechercher la meilleure efficacité possible dans une situation où il était impossible de prédire l'évolution à moyenne échéance.

Je remercie l'ensemble des salariés et le bureau du CoDES 05 qui ont fait preuve d'un grand professionnalisme et d'une réactivité exemplaire dans cette situation inédite.

Au cours de l'année, nous avons également dû faire face au départ de notre plus ancienne salariée, Martine, que je tiens à remercier ici pour toutes les années passées au CoDES 05 dont elle était un des piliers. Ceci a entraîné une restructuration de la répartition des activités et le recrutement d'une nouvelle secrétaire comptable. Malgré la situation, nous avons également pu développer de nouvelles activités et procéder à l'embauche de 2 nouvelles salariées : une infirmière d'expérience, dont l'action est ciblée en particulier sur la médiation santé et une diététicienne pour renforcer l'équipe en place et expérimenter des projets nutritionnels en faveur de personnes en situation de handicap.

Les projets n'ont pas manqué par ailleurs tant pour les propositions d'actions que de partenariats. Le rapprochement avec la médecine du travail a permis d'envisager de nouvelles pistes de travail et les actions de prévention auprès des enfants se sont développées en milieu de vacances en plus de l'école, ce qui est également riche de promesses. Nous sommes également restés vigilants sur le développement des moyens de prévention en général sur notre département dans le domaine médical. Nous avons été impliqués dans la gestion des tests de dépistage en particulier pour les jeunes et dans la préparation de la campagne vaccinale.

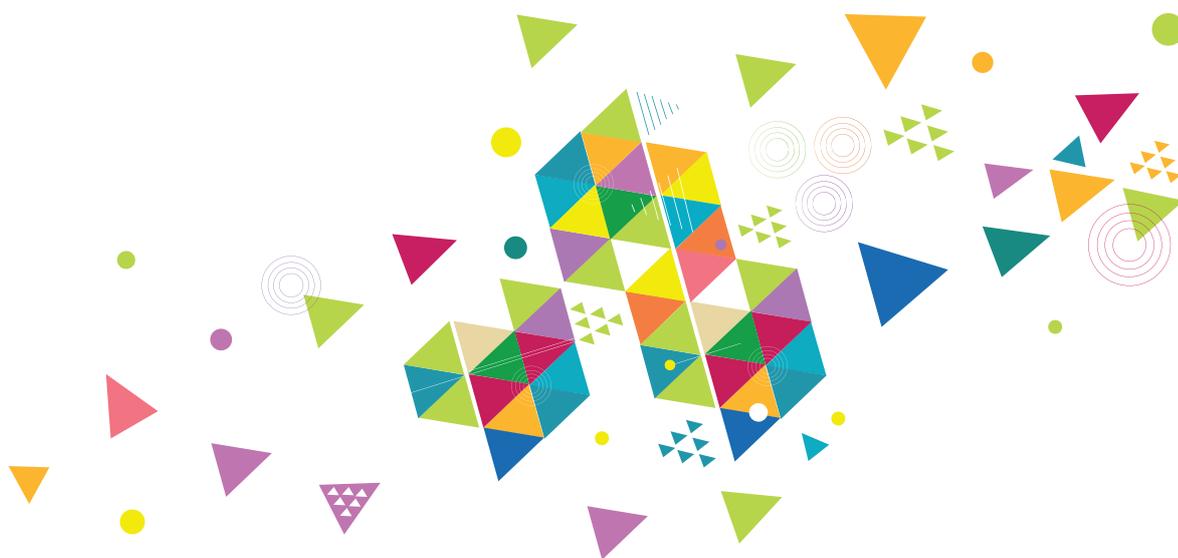
Il est bien sûr un peu tôt pour faire le bilan sur la « crise COVID » que nous traversons mais des éléments de discussions sont déjà disponibles et il apparaît que notre société était en déficit de préparation en termes de santé publique, ce qui est le cœur de notre action. Souhaitons que les leçons à tirer de cet épisode permettent au CODES 05 de faire valoir ses capacités d'action et la place importante qu'il occupe dans la gestion des risques en santé en général. Que cela renforce nos partenariats avec les pouvoirs publics et les autres acteurs de terrain du département.

Encore merci à toute l'équipe et bon vent à tous. Faites-vous vacciner si cela n'est pas encore fait !

**Gilles LAVERNHE**  
**Président du CoDES 05**



# Présentation du CoDES 05



# Notre but, nos valeurs et principes

Association Loi 1901, le CoDES 05 est membre de la Fédération Nationale d'Éducation et de promotion de la Santé - FNES - [www.fnes.fr](http://www.fnes.fr) et de l'Ireps PACA - Instance Régionale d'Éducation et de Promotion de la Santé (qui réunit le réseau des comités de la région, le CRES PACA [www.cres-paca.org](http://www.cres-paca.org) et les CoDES/CoDEPS des 6 départements).

**Notre but est de promouvoir l'éducation et la promotion de la santé, sur le département des Hautes-Alpes.**

Le CoDES 05 s'adresse aux élus, responsables des politiques de santé, acteurs des champs sanitaire, social, éducatif, de la formation, aux bénévoles et aux étudiants.

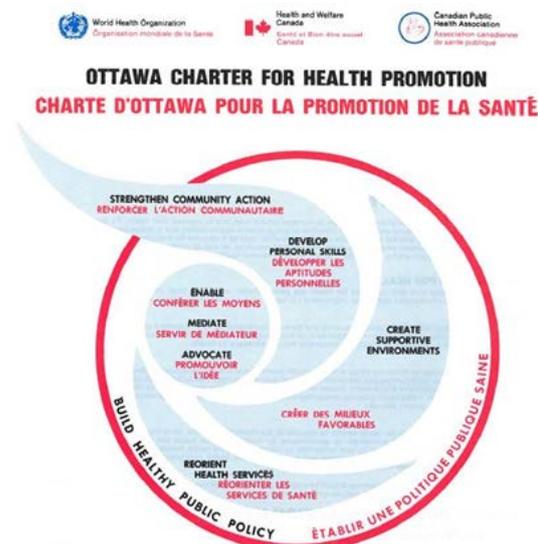
Pour développer et garantir l'éducation du citoyen, le CoDES 05 reconnaît la diversité des approches possibles dans le respect des principes suivants :

- Une vision globale de la santé,
- Un respect des équilibres individuels et sociaux,
- La démarche globale de la promotion de la santé
- Une perspective de responsabilisation,
- Une approche participative qui permet aux personnes d'être acteur de leur santé,
- Un souci démocratique,
- Un investissement pour l'ensemble de la population et une lutte contre les inégalités.

Fondant sa démarche sur les valeurs précédemment énoncées, le CoDES 05 cherche à mettre en œuvre les principes de fonctionnement suivants :

- Favoriser des échanges sur la base de valeurs partagées et structurer la promotion de la santé autour de critères de qualité des pratiques,
- Promouvoir l'éducation pour la santé en faveur du développement de la citoyenneté et garantir l'existence sur tout le territoire d'un savoir-faire professionnel pour les acteurs de la promotion de la santé,
- S'inscrire dans une démarche d'amélioration permanente de l'efficacité et de la qualité des actions d'éducation pour la santé, de leur cohérence et de leur visibilité.

- 
- 



# Nos missions

## Mission 1 : Accueillir et documenter le public

Permettre à tous les professionnels, bénévoles et étudiants du champ éducatif, social et sanitaire de la région, de bénéficier de supports d'information pour leurs publics (affiches, brochures, dépliants...), d'utiliser les outils pédagogiques validés en éducation pour la santé et de consulter des ouvrages et des revues sur les thèmes de la santé.

## Mission 2 : Relayer les campagnes nationales

Amplifier les campagnes nationales en diffusant les documents produits dans le cadre de celles-ci. Créer des campagnes de communication et d'information locales. Mobiliser l'ensemble des partenaires par la coordination d'appels à projets.

## Mission 3 : Développer localement des programmes prioritaires

Concevoir, planifier, mettre en œuvre et évaluer des programmes en réponse aux priorités de santé régionales du Plan Régional de Santé - PRS et de ces schémas, dont le PRAPS.

## Mission 4 : Assurer la formation initiale et continue

Permettre à tous les professionnels et acteurs relais de la santé, de l'éducation et du social d'acquérir les notions de bases de l'éducation pour la santé, de développer une culture de promotion de la santé dans les pratiques professionnelles et d'être des relais des programmes de santé.

## Mission 5 : Contribuer à la concertation, à la coordination et à la communication

Offrir un cadre facilitant la communication et la coordination entre les professionnels concernés par la santé. Communiquer et valoriser les actions menées, ainsi que les méthodes et les outils utilisés.

## Mission 6 : Fournir un conseil méthodologique

Développer la qualité des programmes et des actions d'éducation pour la santé mis en œuvre sur le département.

## Mission 7 : Participer à la définition des politiques de santé

Offrir aux professionnels et acteurs relais, aux institutions et aux décideurs, les informations et l'expertise en éducation pour la santé, nécessaires à la mise en place d'une politique de santé adaptée aux besoins de la population.

Etre une ressource pour les décideurs et les institutions en matière d'éducation et de promotion de la santé.

**Mission 8 : Participer au développement de la recherche interventionnelle en promotion de la santé**, et au transfert des connaissances issues de la recherche et de l'expertise expérimentale, en lien avec les universités, les organismes de recherche et tous les acteurs et décideurs locaux.



# Vie associative

Le Comité Départemental d'Education pour la Santé des Hautes-Alpes, CoDES 05, est une association Loi 1901.

## Réunions de bureau :

**Compte-tenu du contexte sanitaire, des confinements, et afin de réagir rapidement pour adapter notre activité, et développer de nouvelles activités spécifiques à la prévention de la Covid-19, des réunions de bureau ont été organisées hebdomadairement pendant les confinements.**

Les 4 février, 17 mars, puis en visio les 23, 30 mars, 6, 14, 20, 28 avril, 4, 11, 18, 25 mai, 2, 8, 15 juin, 6 juillet en présentiel, 11, 25 septembre, 6 novembre et 11 décembre 2020

## Conseils d'administration :

Les 2 juin et 11 septembre 2020

## Assemblée Générale :

Le lundi 22 juin 2020

## Les membres du bureau

<b>Monsieur Gilles LAVERNHE</b>	Président
<b>Monsieur Marc ZECCONI,</b>	Vice-président
<b>Monsieur Bernard ZANEBONI,</b>	Secrétaire général
<b>Monsieur Patrick LIBERATOR,</b>	Trésorier
<b>Madame Annie ALLAMANO,</b>	Conseillère technique

## Les membres élus du conseil d'administration

Monsieur le Président du Conseil Départemental des Hautes-Alpes ou son représentant

Monsieur le Maire de Gap ou son représentant

Monsieur le Président de la Ligue Départementale contre le Cancer ou son représentant

Monsieur le Président de l'ANPAA 05 ou son représentant

Monsieur le Président du GEST 05 ou son représentant

Monsieur le Directeur du Centre Hospitalier - CHICAS de Gap ou son représentant

Madame la Directrice du Service des Solidarités, de la Protection de l'Enfance et de la Famille du Conseil Départemental des Hautes-Alpes ou son représentant

Monsieur le Président de la CPAM 05 ou son représentant

Monsieur le Président de la Mutualité Sociale Agricole ou son représentant

Monsieur le Président du CRES PACA ou son représentant

Monsieur le Président de la Mutualité Française ou son représentant

## Les adhérents

### Organismes membres de droit

- CPAM 05
- Conseil Départemental des Hautes-Alpes : Direction Départementale des Solidarités
- CCAS Mairie de Gap
- Direction Départementale de la Cohésion Sociale et de la Protection des Populations
- DSDEN 05 Service Promotion de la santé en faveur des élèves
- Centre d'Examens de Santé « Les Jonquilles »

### Associations

- Association « Bien Chez soi » SSIAD Champsaur Valgaudemar
- Association « France Alzheimer 05 »
- UNAFAM 05
- EUROSCOPE
- Mutualité Française DD05

### Etablissements divers :

- Fondation Edith SELTZER

### Particuliers :

- **4 personnes** à titre individuel ont adhéré au CoDES 05 en 2020

## "La Santé en action"

Le CoDES 05 met à disposition le document référence trimestriel d'information et de réflexion en éducation et promotion de la santé de **Santé Publique France**, intitulé "**La santé en action**".

### Numéros parus en 2019 :



N°447 : "Les besoins fondamentaux des enfants"



N°448: "Prévention des violences sexuelles : Comment agir ?"



N°449: "Prévention des addictions : Interventions probantes et évaluées"



## Les adhésions et abonnements

En 2020, le CoDES 05 a adhéré aux structures suivantes :

- UDESS 05
- Pôle santé Champsaur-Valgaudemar - CPTS
- RESPADD
- Association BATIR – Foyer des Jeunes Travailleurs
- AFD 04-05
- UNAFAM 05
- Mobil'idées
- ADSCB
- GSA 05
- SFSP
- France ALZHEIMER
- CRES
- FNES

Le CoDES 05 est abonné aux revues suivantes :

- "La santé en action"
- Priorités santé
- J'existe & Je veux
- AlterEgo
- ADSP
- Un autre regard



# Ressources humaines / Equipe

Au 31 Décembre 2020, l'équipe du CoDES 05 est composée de **9 professionnels qualifiés et formés** dans les champs de la santé publique, de la gestion, de la comptabilité, et du secrétariat :

**Mme Pascale MELOT**, Directrice

**Mr Alexandre NOZZI**, Directeur adjoint

**Mme Fanny CAMPILLO**, Chargée de secrétariat et de comptabilité

**Mme Marion DORCHE**, Chargée de projets et de documentation

**Mme Emilie VIGUIER-GAZZANIGA**, Chargée de projets

**Mme Amandine MOTTE**, Chargée de projets

**Mme Virginie ANICET**, Chargée de projets

**Mme Morgane TESSIER**, Chargée de projets

**Mme Nathalie BEIL**, Chargée de projets - Médiatrice Santé

## Formations / Professionnalisation de l'équipe

**Formation « APROPOS », organisée au CoDEPS 13, à Marseille**  
17 et 18 Février 2020

**MOOC « Rétablissement en santé mentale » - Mars à Mai 2020**

**E-learning du programme « ICAPS » - Mai 2020**

**E-learning du programme « Santé publique et système de santé »**  
Mai 2020

**Formation de formateurs « CoVID-19 : Mieux comprendre pour mieux agir »**  
assurée par le CRES PACA -29 Mai, 5 et 9 Juin 2020

**Webinaire « Subventions des associations en période de crise sanitaire » -**  
4 Juin 2020

**Formation « Pass Santé Jeunes » organisée par le CRES PACA, en**  
format distanciel - 11 Juin 2020

**Webinaire « Référent CoVID » organisé par le GEST 05 - 5 Août 2020**

**Formation « Opticourses », organisée par le CRES PACA, en format**  
distanciel - 5, 15 et 16 Octobre 2020

**« Thé Santé » du CRES PACA sur la thématique des écrans, en format**  
distanciel - 8 Octobre 2020

**E-learning du programme « PNNS CNAM » - 26,27 et 29 Octobre 2020**

**Formation « Crise suicidaire - Sentinelles » - 23 Novembre 2020**

**Formation « Renforcer les compétences psychosociales » -CoDES 05**  
30 Novembre et 1<sup>er</sup>Décembre 2020

**Webinaires « Vaccination » - 11 et 18 Décembre 2020**

**Formation « Hyper sexualisation » organisée par le Planning Familial 84**  
14 Décembre 2020

## Organisation interne de l'équipe

*Compte-tenu du contexte sanitaire, des confinements, et afin de préserver le lien avec l'ensemble de l'équipe, des réunions d'équipe, en distanciel, ont été organisées hebdomadairement pendant les confinements. Des points individuels réguliers ont été organisés au cours du premier confinement.*

### Informations / Bonus

L'année 2020 a été marquée par le départ à la retraite de Mme Martine COLLARD, Secrétaire Comptable du Comité depuis 1991.

Elle a été remplacée par Mme Fanny CAMPILLO, à compter du mois de Novembre 2020.

L'équipe s'est renforcée avec le recrutement de deux nouvelles collaboratrices, Mme Morgane TESSIER, Diététicienne, et Mme Nathalie BEIL, Infirmière.

Mme Marion DORCHE assure sur un temps partiel, la mission de Chargée de documentation, depuis Septembre 2020, pour faire suite à Mme Martine COLLARD, qui assurait cette mission.

### Informations / Bonus

Le Règlement Général européen sur la Protection des Données (RGPD) entré en vigueur le 25 Mai 2018, vise à protéger les données personnelles des utilisateurs de l'Union Européenne.

Dans le cadre de ses activités, le CoDES 05 procède depuis le début d'année 2019, à une mise en conformité RGPD, par le relais de trois membres de l'équipe « référents RGPD »



# Partenaires financiers

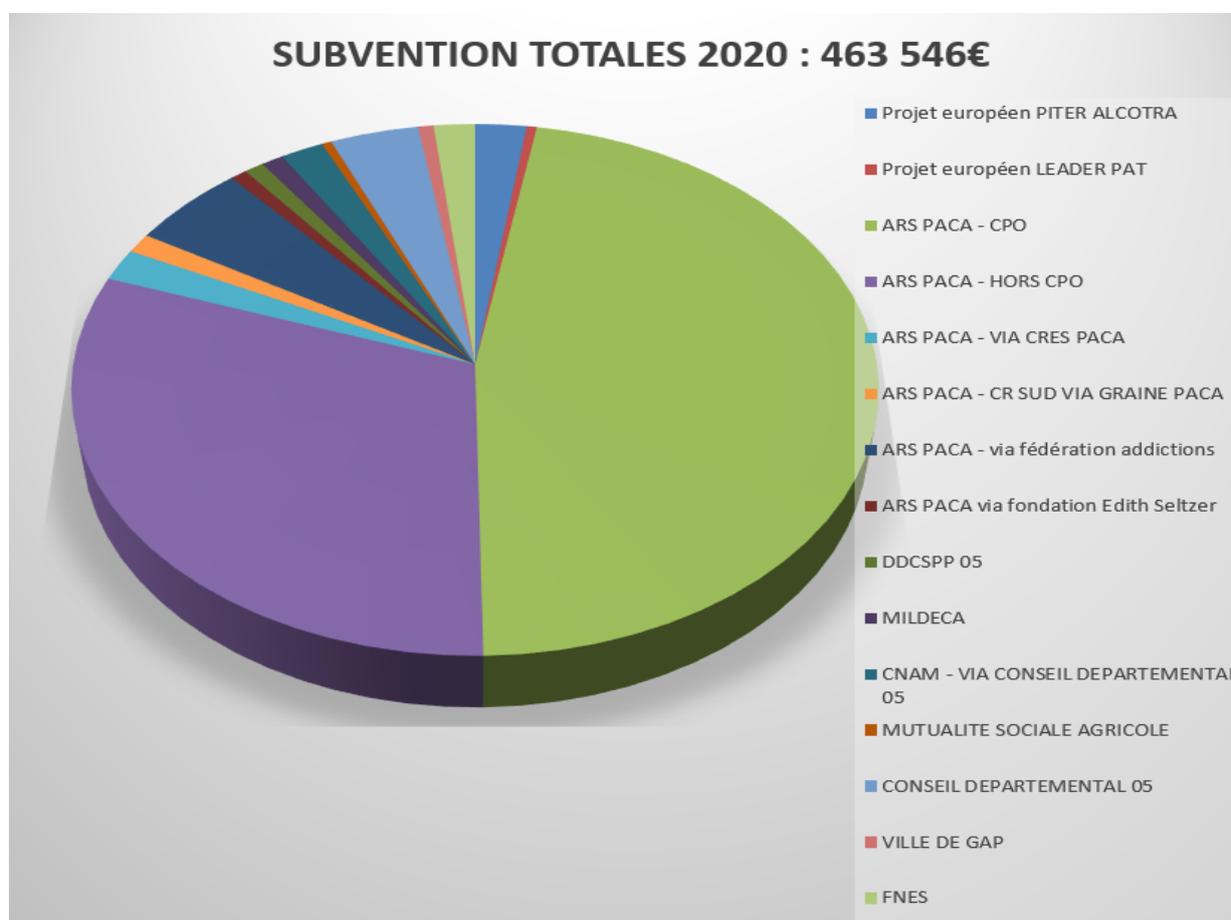
Les ressources financières dont bénéficie le Comité sont indispensables pour la réussite de ses missions.

La quasi-totalité des fonds versés sont des subventions sur projet ; elles sont signées en cours d'année.

Ainsi, les activités peuvent alors être développées sur deux années civiles, en se déployant sur une période scolaire.

Le financement du **CoDES 05** provient essentiellement de subventions étatiques, européennes, régionales, départementales, intercommunales, communales.

## Répartition des financements 2020 pour le CoDES 05

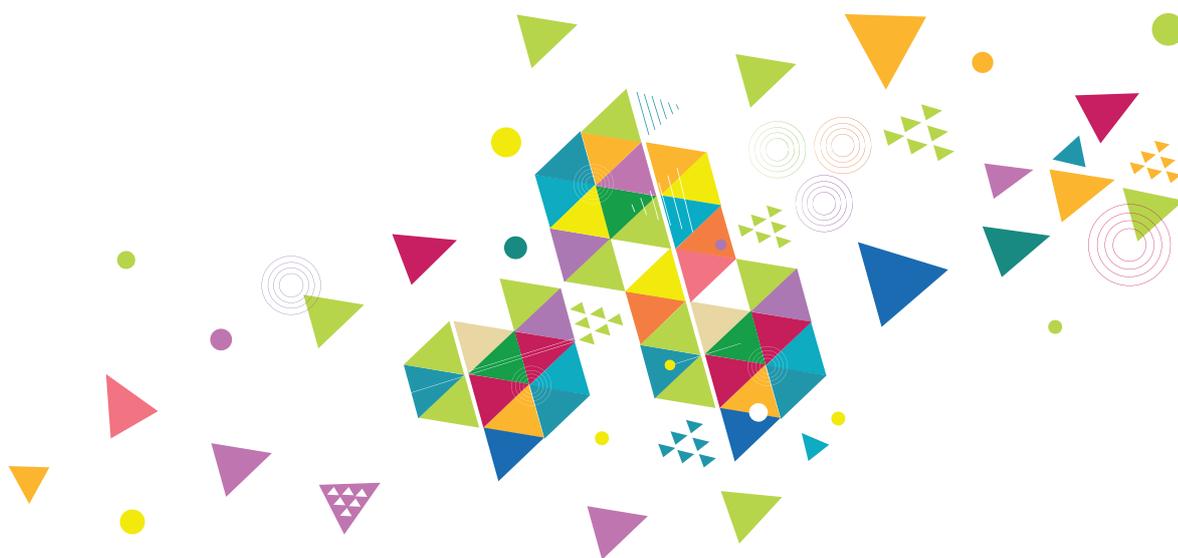


Le principal financeur du Comité reste l'ARS PACA, avec qui une Convention Pluriannuelle d'Objectifs a été signée en 2017 pour quatre années, et renouvelée à titre exceptionnelle pour l'année 2020.

Une fois approuvés en Assemblée Générale, les comptes annuels et le rapport du Commissaire aux comptes, relatifs à l'exercice 2020 sont publiés au Journal Légal.



# Missions permanentes



# Missions Permanentes

## Coordination et concertation sur la promotion de la santé



### Conseil territorial de santé des Hautes-Alpes

Ce conseil, est une instance de démocratie sanitaire composée de membres représentant les professionnels et offreurs des services de santé, les usagers, les collectivités territoriales, les représentants de l'État et des organismes de sécurité sociale ainsi que des personnalités qualifiées.

Le Conseil Territorial de Santé des Hautes-Alpes a étudié et émis un avis sur le Projet Régional de Santé 2018-2023, transmis à la CRSA.

En 2020, ce Conseil Territorial de Santé a notamment été saisi sur l'élaboration du **SEGUR de la santé**, suite à la crise sanitaire, ainsi que sur la validation du **Programme Territorial de Santé Mentale des Hautes Alpes - PTSM**.

Sur l'année 2021, cette instance sera notamment sollicitée sur la gouvernance et la formalisation opérationnelle du **PTSM des Hautes-Alpes**.

Pascale MELOT, Directrice du **CoDES 05**, représente les organismes œuvrant dans le domaine de la promotion de la santé et de la prévention, elle est vice-Présidente de cette instance.

#### Financeurs

ARS PACA  
Conseil Départemental  
des Hautes-Alpes  
Ville de Gap

#### Contacts

Pascale MELOT  
Alexandre NOZZI

### Rencontres institutionnelles / partenariales

Afin de favoriser le déploiement d'une démarche de promotion de la santé sur le département des Hautes-Alpes, le **CoDES 05** participe et organise régulièrement des temps d'échanges, d'informations, de réflexions, et de rencontres avec de nombreux partenaires institutionnels et/ou associatifs :

ARS PACA, FNES, CRES/CoDES PACA, Conseil Départemental des Hautes-Alpes (PMI, Centre de planification, Maison Départementale de l'Autonomie, Conférence des Financeurs...), Préfecture des Hautes-Alpes, DDCSPP 05, CPAM 05, Education Nationale, SDIS 05, CROUS Académie Aix-Marseille, Aix-Marseille Université, Centres Hospitaliers – GHT des Alpes du Sud (PASS, ELSA...), Communauté d'Agglomération du Gapençais, Communauté de Communes de Serre-Ponçon, CCAS d'Embrun, Fédération Addictions, Association Addictions France / CSAPA Sud, Fondation Edith Seltzer / CSAPA Nord, GEST 05, MDA 05, GSA 05, Planning Familial 05, Mutualité Française SUD, Médecins du Monde, MGEN 05, CDOS 05, UDESS 05, Parc Naturel Régional du Queyras, Environnement et Solidarités, CPTS Champsaur-Valgaudemar, CPTS Buëch-Dévoluy, Maison de Santé SELIANCE, Missions Jeunes 05, ADELHA 05, ADSEA 04-05, CARSAT Sud-Est, ORS PACA, Association AILCA 04-05, ADSEA 04-05, PTA des Hautes-Alpes, Fédération ADMR des Hautes-Alpes, Services de Prévention du Gapençais et du Briançonnais, COREVIH, Association BATIR / Foyer des Jeunes Travailleurs, UDAF 05 / REAAP 05, CANOPE 05, France Terre d'Asile, Café des familles, ALPAJE-ACEPP 05, Horizons Multimédias, APF 05, UNAPEI 05, ADSCB, ADRETS, UNAFAM 05, AFD 05, France Parkinson 05, France Alzheimer 05, GEM Passe Muraille...

# Centre documentaire

## Activité Diffusion

Dans le centre de documentation du **CoDES 05**, plusieurs supports - brochures, affiches, dépliants... près de 400 références, sont proposés et diffusés sur l'ensemble du département des Hautes-Alpes :

- Accueil direct au Centre Documentaire,
- Commandes auprès Santé Publique France,
- Stands d'informations au cours de manifestations, expositions, colloques, ... sur demandes des partenaires locaux,
- Relais local des campagnes nationales et régionales de santé publique - Vaccination, Tabac, Santé mentale...



L'ensemble des documents est consultable sur notre site internet dans la partie : Documentation – DIF en Ligne.



Cette plateforme permet de consulter les documents de diffusion disponibles en effectuant une recherche ciblée :

- Par thématique - nutrition, addictions, vie affective et sexuelle...,
- Par type de support - brochure, affiche, ouvrage...,
- Par public - enfants, ados, adultes, personnes vieillissantes...,
- Par éditeur,
- Par date.

### Financiers

ARS PACA  
Conseil Départemental  
des Hautes-Alpes  
Ville de Gap

### Contact

Martine COLLARD  
Marion DORCHE

### Partenaires

Santé Publique France  
MILDECA  
DGS  
Réseau des Chargés de  
documentation des  
CoDES-CRES PACA pour  
l'alimentation de la base  
DIF en Ligne

### Chiffres clés %

115 visites pour la diffusion  
7 000 documents diffusés  
7 000 préservatifs / gels  
diffusés  
100 % des utilisateurs  
satisfaits  
6 campagnes relayées  
3 stands animés

## Activité références bibliographiques et outils pédagogiques

Le **CoDES 05** dispose et anime un centre de ressources généraliste traitant de différentes thématiques de santé en lien avec les programmes de santé publique nationaux et régionaux.

Cette activité se traduit par l'accompagnement et la mise à disposition aux usagers et partenaires :

- d'un fonds documentaire de proximité de plus de 2 200 références bibliographiques (ouvrages, articles, rapports...) et 450 outils pédagogiques.
- des rendez-vous documentaires personnalisés avec la présentation d'outils pédagogiques et un appui méthodologique pour construire des actions thématiques en promotion et éducation à la santé.
- d'une recherche documentaire.
- de prêts d'outils (mallettes pédagogiques, ouvrages, jeux, expositions...).
- d'une proposition d'offre suite aux thématiques émergentes en santé (cyber harcèlement, exposition aux écrans, renforcement des compétences psychosociales...).

L'ensemble du fonds documentaire est consultable sur notre site internet par la Base de données bibliographiques – Base des outils pédagogiques en éducation et promotion de la santé BIB BOP.



Cette plateforme permet de consulter le fonds documentaire en effectuant une recherche ciblée :

- Par thématique - nutrition, addictions, vie affective et sexuelle...,
- Par type de documents -mallette pédagogique, ouvrage, exposition...,
- Par public - enfants, ados, adultes, personnes vieillissantes...

### Financiers

ARS PACA  
Conseil Départemental  
des Hautes-Alpes  
Ville de Gap

### Contacts

Martine COLLARD  
Marion DORCHE

### Partenaires

Santé Publique France  
MILDECA  
DGS  
Réseau des Chargés de  
documentation des  
CoDES-CRES PACA :  
Productions  
documentaires  
Alimentation de la base  
BIB BOP (22 000 références  
Bibliographiques et 1 200  
outils pédagogiques)

### Chiffres clés %

115 visiteurs  
65 nouvelles acquisitions  
100 % des utilisateurs  
satisfaits  
115 prêts

## Communication - Site internet

Sur l'année 2020, le site internet du CoDES 05 a bénéficié d'une refonte totale, avec le soutien de l'agence de communication multimédia 1=2, avec présentation des activités du CoDES 05, relais régulier des campagnes de prévention nationale (Moi(s) sans tabac, vaccination contre la grippe, Un été sans soucis...), relais des actualités des partenaires sur le département, des actualités du CoDES 05 et sur les grandes thématiques de santé.

Le site internet donne toujours accès à des bases de données régionales des Comités d'Éducation pour la santé : **BIB-BOP**, **OSCARs**, **DIFenLIGNE**, et permet d'illustrer la dynamique régionale de ce réseau.

Les visiteurs du site peuvent également recevoir la « Newsletter » en s'inscrivant en ligne dans une rubrique dédiée.

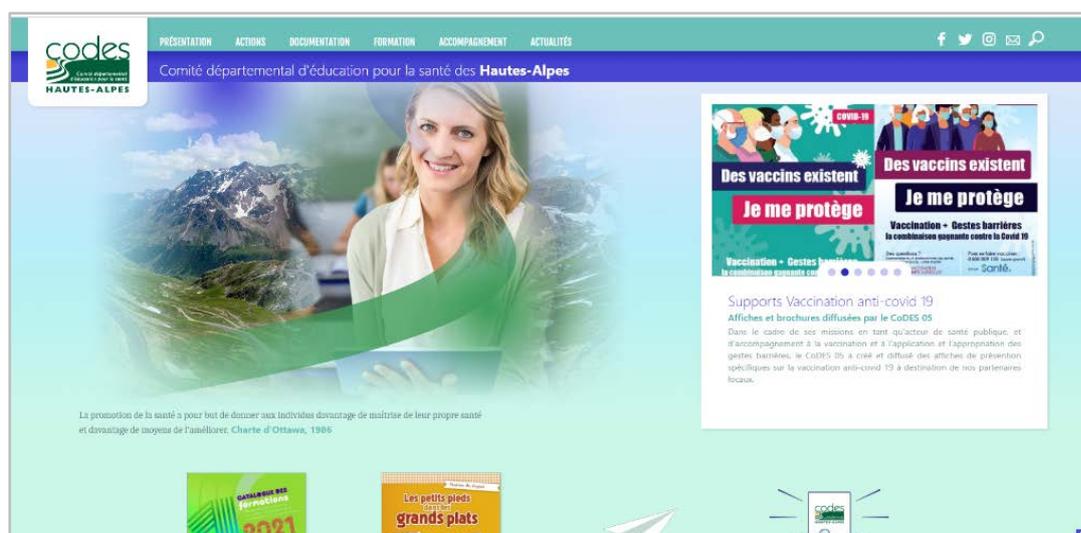
De même, un outil cartographique départemental des actions déployées sur le territoire à l'échelle départementale par le CoDES 05 est en cours de finalisation. Cet outil sera alimenté en continu par l'ensemble de l'équipe.

### Financeurs

ARS PACA  
Conseil Départemental  
des Hautes-Alpes  
Ville de Gap

### Contacts

Marion DORCHE



## Communication – Réseaux sociaux



Dans l'objectif de valoriser et de faire connaître ses activités et missions de promotion et d'éducation à la santé, le **CoDES 05** poursuit et renforce son offre d'information par l'intermédiaire des nouveaux médias de communication, en parallèle de son site internet, par l'animation de Pages Facebook, Twitter, et Instagram.

Ces médias permettent de relayer toutes les informations relatives à l'activité de l'association - projets, interventions, formations, évènements..., mais aussi ses coordonnées, dans un objectif de mise en réseau.

Ces outils de communication permettent également de pouvoir échanger avec les différents partenaires présents sur les réseaux sociaux, de partager les diverses informations de chacun, tout en accroissant le nombre d'abonnés, et donc permettre une meilleure couverture et connaissance de la structure et de ses activités.

**Avec le contexte de crise sanitaire connu en 2020, l'utilisation des médias sociaux du CoDES 05 a été renforcée significativement, afin de renforcer l'offre d'une information vérifiée et validée en direction des abonnés et partenaires du CoDES 05.**

Ces outils de communication permettent également de cibler plus largement d'autres partenaires et de s'ouvrir davantage à du grand public (parents sur Facebook, jeunes et adolescents sur Instagram, professionnels sur Twitter...).



### Financeurs

ARS PACA  
Conseil Départemental  
des Hautes-Alpes  
Ville de Gap

### Contacts

Emilie VIGUIER-GAZZANIGA

### Informations / Bonus

Pour suivre nos pages :  
<https://www.facebook.com/codes05/>  
[https://twitter.com/CoDES\\_05](https://twitter.com/CoDES_05)  
[https://www.instagram.com/codes\\_05/](https://www.instagram.com/codes_05/)

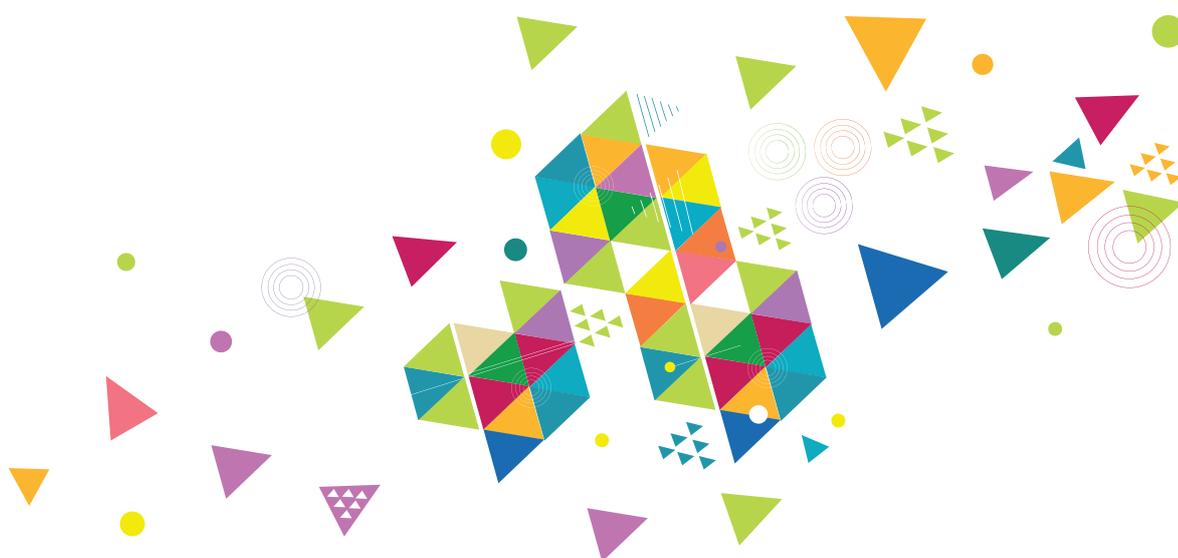
### Chiffres clés %

Facebook 276 abonnés  
Twitter 146 abonnés  
Instagram 74 abonnés



# DRSPI PPS

Dispositif régional de soutien aux politiques et interventions en prévention et promotion de la santé



# DRSPI PPS

## Dispositif Régional de Soutien aux Politiques et Interventions en Prévention et Promotion de la Santé

### Communication - Lettres électroniques / Brèves d'informations

Outils de communication externe, la lettre électronique et la brève d'informations du **CoDES 05** font l'objet d'une diffusion régulière à l'ensemble de nos **1 000 abonnés** via le site internet du **CoDES 05**.

Compte-tenu du contexte de crise sanitaire rencontré sur l'année 2020, afin de mieux informer et outiller les partenaires et acteurs locaux, une **Covi'Lettre** a été créée, Newsletter consacrée aux relais des informations, actions, ressources, liées à l'épidémie de Covid-19, de façon quotidienne pendant le premier confinement, et hebdomadaire durant la seconde vague.

Nous avons en parallèle poursuivi la rédaction et diffusion d'une **lettre d'information numérique mensuelle « Newsletter »** mettant en avant les actualités du mois.

La lettre électronique offre la possibilité de relayer localement l'actualité nationale et régionale en éducation et promotion de la santé - Semaines d'Information sur la Santé Mentale, Semaine Européenne de la Vaccination, Mars Bleu, Octobre Rose, Journée Mondiale de lutte contre le Sida, Moi(s) Sans Tabac...

Elle constitue également un moyen privilégié de tenir informés nos partenaires sur notre veille documentaire et les nouvelles acquisitions d'outils pédagogiques, disponibles dans notre Centre de ressources.

Les lettres électroniques et brèves sont diffusées à l'ensemble des personnes inscrites pour recevoir l'actualité du **CoDES 05**.

Les lettres électroniques sont également consultables sur notre site internet à travers l'onglet « Lettre électronique du **CoDES 05** ».

Financeurs  
ARS PACA

Contacts   
Marion DORCHE

#### Chiffres clés %

Lettre électronique mensuelle  
Plus de 100 éditions de Covi'Lettre réalisées  
Près de 1 000 abonnés en 2020

#### Informations / Bonus

Pour vous inscrire à notre lettre électronique :  
<https://www.codes05.org/presentation/recevoir-la-lettre-electronique-du-codes-05>



The image shows two newsletters from CoDES 05. The left newsletter, dated 2021 53, has a blue header and contains two main articles: '73 experts appellent à supplémenter les Français en vitamine D' with a photo of food, and 'Cadre de réflexion sur les enjeux éthiques liés à la pandémie de COVID-19' with a diagram. The right newsletter, dated Mars 2021, has a blue header and contains two main articles: 'Mars Bleu' with a photo of people and the text 'Ensemble, luttons contre les cancers colorectaux', and 'Dossier : Promouvoir l'activité physique dans les territoires' with a photo of people cycling. Both newsletters include the CoDES 05 logo and the text 'Comité départemental d'éducation pour la santé des Hautes-Alpes'.

## Ateliers d'échanges de pratiques

Dans le cadre du **Dispositif Régional de Soutien aux Politiques et Interventions en Prévention et Promotion de la Santé**, le **CoDES 05** organise et anime quatre demi-journées d'échanges de pratiques/an.

Ces temps de rencontres interprofessionnelles ont vocation à offrir à tous les professionnels, acteurs de terrain et partenaires institutionnels, un lieu de partage d'expériences, d'analyse et de croisement des regards sur leurs pratiques professionnelles.

**En lien avec la crise sanitaire et au regard des activités déployées, l'activité globale des échanges de pratiques a été remodulée pour correspondre aux besoins.**

En ce sens, 5 demi-journées d'échanges de pratiques ont été organisées, en format distanciel :

- 2 échanges de pratiques : « Accompagnement au déconfinement », en co-animation avec le GEST 05 : 40 participants mobilisés au total -
- 1 session le 30 Avril 2020 après-midi / 1 session le 30 Avril 2020 soirée
- 1 échange de pratiques : « Accompagnement au déconfinement », en co-animation avec l'ADRETS : 18 participants mobilisés : 30 Avril 2020 matin
- 2 échanges de pratiques : « Echanges de pratiques du réseau Sport-Santé », en co-animation avec la DDCSPP 05 « Jeunesse et Sports » : 12 participants mobilisés : 28 Mai 2020 matin et 11 Juin 2020 matin.

### Paroles de partenaires 🗣️

« Très satisfait que le CoDES 05 ai organisé cet évènement avec le GEST 05, à poursuivre en allant plus dans le détail. Merci »

« Des idées partagées intéressantes. Continuer peut-être une "foire aux idées". Des professionnels qui travaillaient dans d'autres secteurs peuvent parfois avoir mis des solutions transposables. C'est cela qui est très intéressant »

### Financeurs

ARS PACA

### Contacts 📞

Alexandre NOZZI

### Chiffres clés %

5 ateliers

70 professionnels impliqués

### Partenaires 😊

GEST 05 / ADRETS / France Services 05 / DDCSPP 05 « Jeunesse et Sports » / DAHLIR / Siel Bleu / UTL du Gapençais / MAS « Les Roseaux » / GSA 05 / Mobil'Idées / Fondation Edith Seltzer / SSR La Durance / Mutualité Française SUD / Communauté de Communes du Briançonnais / MDA 05 / UDAF 05 / MGEN 05 / SSIAD / Fondation Edith Seltzer / Association ETNAS / Centre Hospitalier Buëch-Durance / Ville de Gap / Association France Parkinson / Fédération ADMR 05 / UDESS 05 / Ludambule / CPTS Champsaur-Valgaudemar / CHICAS – GHT Alpes du Sud / ANPAA – CSAPA Sud /



## Ateliers de découverte d'outils pédagogiques

Dans le cadre du **Dispositif Régional de Soutien aux Politiques et Interventions en Prévention et Promotion de la Santé**, le **CoDES 05** organise et anime quatre demi-journées d'Ateliers de découverte d'Outils Pédagogiques – AOP/an, sur différents thèmes de santé.

Sous la forme d'une présentation ludique accompagnée de nombreux échanges entre professionnels ou bénévoles du champ de l'éducation pour la santé, du sanitaire, du social ou de l'éducatif, les ateliers permettent de :

- Découvrir des outils pédagogiques en éducation pour la santé
- Valoriser et enrichir la pratique professionnelle
- Créer et développer le partenariat
- S'affirmer dans le rôle « d'animateur » en éducation pour la santé.

En lien avec la crise sanitaire et au regard des activités déployées, l'activité globale de présentation d'outils pédagogiques a été remodulée pour correspondre aux besoins.

En ce sens, des ateliers spécifiques de présentation d'outils spécifiques « Covid-19 » ont été proposés en direction de certaines écoles élémentaires en demande d'appui pédagogique lié à la crise sanitaire et aux protocoles sanitaires en vigueur.

En terme d'activités de substitution, un répertoire des ressources pédagogiques « Covid-19 » a été réalisé par l'équipe du CoDES 05, en direction des publics jeunes enfants, enfants et adolescents. Ce répertoire a été communiqué et valorisé dans le cadre de notre Covi'Lettre (Newsletter dédiée à la Covid-19), sur notre site internet, et en direction de nos partenaires intervenants auprès de ces publics (DSDEN 05, MDA 05...).

Financeurs  
ARS PACA

Contacts 📞  
Alexandre NOZZI  
Marion DORCHE

### Paroles d'usagers 🗣️

« Mille merci pour votre intervention.  
C'était une grande bouffée  
d'oxygène ! »

The screenshot shows the website of the Comité départemental d'éducation pour la santé des Hautes-Alpes (CoDES 05). The page is titled "COVID 19" and features a list of resources and updates. The navigation menu includes: PRÉSENTATION, ACTIONS, DOCUMENTATION, FORMATION, ACCOMPAGNEMENT, and ACTUALITÉS. The main content area lists the following items:

- COVID 19 : le CoDES 05 vous informe !
- Mise à disposition de supports "Déconfinement" et "Gestes barrières"
- L'équipe du CoDES 05 toujours là pour vous accompagner !
- Communiqués officiels
- Avis des grandes institutions de santé publique
- Publications / Etudes
- Ressources / Outils - Adultes et seniors
- Ressources / Outils - Petite enfance et les jeunes parents
- Ressources / Outils - Enfants
- Ressources / Outils - Adolescents
- Enquêtes en cours
- Les chiffres de la COVID 19 dans les Hautes Alpes

## 14<sup>ème</sup> Journée de Promotion de la Santé dans les Hautes-Alpes

### « Covid-19... Tous acteurs de prévention ? Les Hautes-Alpes en action ! ».

Dans le cadre du **Dispositif Régional de Soutien aux Politiques et Interventions en Prévention et Promotion de la Santé**, et comme chaque année, le CoDES 05 a organisé sa 14<sup>ème</sup> journée départementale d'échanges de promotion de la santé dans les Hautes-Alpes, en format distanciel, le Mardi 26 Janvier 2021.

Dans le cadre de la crise sanitaire, et des enseignements / perspectives à envisager sur la place de la santé publique et de la promotion de la santé, il a été décidé, avec le support du Bureau du CoDES 05, du groupe de travail, composé d'acteurs locaux et régionaux, associé à la réflexion de cette journée, de dédier cette activité sur la thématique de la Covid-19, avec l'intitulé « **Covid-19... Tous acteurs de prévention ? Les Hautes-Alpes en action !** ».

Cette journée a été décalée et s'est déroulée le Mardi 26 Janvier 2021, en format distanciel, compte-tenu du contexte sanitaire, sur un format « Après-midi + Soirée », dans l'objectif de mobiliser les partenaires et professionnels ciblés, dont les élus des collectivités locales, ou encore les professionnels de santé libéraux.

L'après-midi a été dédiée à l'animation de 4 ateliers participatifs – Santé au travail, Précarité, Santé Mentale, Participation – Adhésion des Populations, et la soirée en format Web conférence, avec la présence d'acteurs nationaux et locaux, comme la FNES, la Société Française de Santé Publique, le Haut Conseil de Santé Publique, des IREPS d'autres régions, ou encore avec la participation de partenaires italiens, issus de l'Administration Sanitaire Locale (ASL) et du Centre Hospitalier des Escartons de Briançon, dans une logique de croisements transfrontaliers des gestions de la crise sanitaire, et de la place accordée à la santé publique et la promotion de la santé.

Cette journée avait pour objectif d'être un retour d'expériences, mais aussi un espace de perspectives et de programmation d'actions partenariales pour favoriser l'appropriation des enjeux de santé publique et Prévention Promotion de la Santé par les différents acteurs et collectivités.

**Financeurs**  
ARS PACA

**Contacts** ⓘ  
Pascale MELOT  
Alexandre NOZZI

**Chiffres clés %**  
40 participants  
4 ateliers de réflexions  
100% des participants  
s'estiment « très satisfaits »  
ou « satisfaits » de cette  
journée

Colloque à destination des professionnels et partenaires

**Covid-19  
Tous acteurs de prévention ?  
Les Hautes-Alpes en action**

**Mardi 26 Janvier 2021**  
En visioconférence



Logo de l'Union Régionale des Collectivités de la Santé et de la Prévention

codes 05, gres, gesc, Hui, SCS, PTA

# « Covid-19... Tous acteurs de prévention ? Les Hautes-Alpes en action ! »

## Programme de la journée

<b>Covid 19</b> <b>Tous acteurs de prévention,</b> <b>les Hautes-Alpes en action !</b>	Programme <b>Mardi 26 Janvier 2021</b> Visioconférence
<b>Après-midi 14h - 17h</b>	<b>Soirée 19h30 - 22h30</b>
<b>Allocutions d'ouverture</b> Bus CODES 05 / Délégation Départementale des Hautes-Alpes de l'ARS PACA	<b>Interventions en plénière</b> <b>« Quels enseignements / expériences de cette crise sanitaire ? »</b> <b>Interventions</b>
<b>Echanges d'expériences / Perspectives.</b> <b>Mise en place d'ateliers participatifs</b>	- <b>Zeina MANSOUR</b> , Vice-Présidente du Haut Conseil de Santé Publique / Directrice du Comité Régional d'Education pour la Santé Provence Alpes Côte d'Azur - <b>Christine FERRON</b> , Vice-Présidente de la Société Française de Santé Publique / Déléguée Générale de la Fédération Nationale d'Education et de promotion de la Santé - <b>François BAUDIER</b> , Président de la Fédération Nationale d'Education et de promotion de la Santé / Administrateur Instance Régionale d'Education et de Promotion de la Santé de Bourgogne Franche-Comté - <b>Elise GUILLERMET</b> , Anthropologue, Chargée de projets de l'Instance Régionale d'Education et de promotion de la Santé Bourgogne Franche-Comté - <b>Thierry FRESTEL</b> , Directeur de l'Instance Régionale d'Education et de promotion de la Santé Bretagne - <b>Jean-Pierre GANDOIS</b> , Maire de Crots - <b>Favio BORASO</b> , Directeur général de l'ASL d'Asti, Coordinateur sanitaire de l'Unité de crise sanitaire de la région Piémont - <b>Alessandro BONANSEA</b> , Directeur des services de Psychologie de l'ASL To3, responsable des services ambulatoires contre le stress lié au Covid - <b>Michele CERUTI</b> , Coordinateur médical projet transfrontalier PROSANTE, Centre Hospitalier des Escartons de Briançon Modérateur : <b>Gilles LAVERNE</b> , Président Comité Départemental d'Education pour la Santé des Hautes-Alpes - CODES 05
<b>Précarité</b> En concertation avec Médecins du Monde : Quels leviers de réduction des inégalités sociales et territoriales de santé, malgré la crise.	<b>Débat sur les enjeux identifiés</b> <b>Perspectives</b> <b>Allocutions de clôture</b>
<b>Santé mentale</b> Quel vécu face à la crise ? Quels leviers actionnés ? Promotion d'une approche basée sur les compétences psychosociales, auprès des populations et plus particulièrement des populations fragilisées.	
<b>Santé au travail</b> En concertation avec le Service de Santé au travail, GEST 05 : Quels vécus dans le secteur de l'entreprise ? Quelle suite à donner pour être davantage dans une démarche de prévention ? Quelles bonnes pratiques ?	
<b>Participation / Adhésion des populations</b> En concertation avec la Mutualité Française SUD : Que pourrait-on faire pour favoriser une meilleure adhésion aux messages de prévention ? Messages sanitaires ? Mise en place d'instances participatives Conseils sanitaires territorialisés pour favoriser une meilleure appropriation ?	
<b>Restitution des ateliers en plénière</b> <b>Perspectives</b>	

**Partenaires** 😊

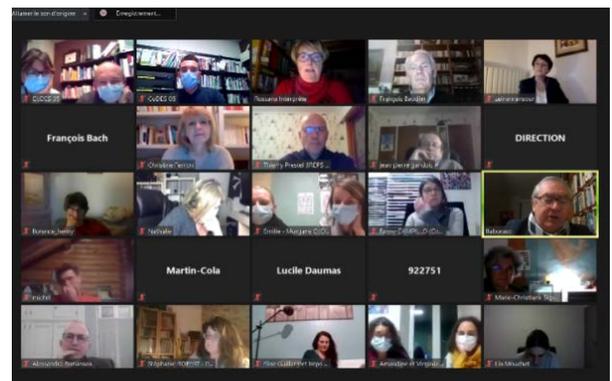
ARS PACA / CRES PACA / PTA 05 / MDA 05 / GEST 05 / Mutualité Française / Médecins du Monde / CPTS Champsaur-Valgaudemar / FNES / Société Française de Santé Publique / Haut Conseil de Santé Publique / IREPS Bourgogne Franche Comté / IREPS Bretagne / Mairie de Crots / ASL / Centre Hospitalier de Briançon / APPASE / Croix-Rouge Française / Mairie de La Grave / CoDEPS 13 / Département des Hautes-Alpes / CHICAS / Résidence DOMITYS Briançon / MDA 05 / DAHLIR / Fondation Edith Seltzer / Siel Bleu / Ligue Contre le Cancer / UNAFAM 05 / Ville de Gap / CHBD / Communauté de Communes Guillestrois Queyras



**Paroles de participants** 🗣️

« Accueil, organisation et répartition sur ateliers très efficace. Echanges très intéressants. »

« Ça fait du bien d'avoir échangé avec vous tous, même si c'était par visioconférence. Vivement le présentiel! »



## Formations

Dans le cadre du **Dispositif Régional de Soutien aux Politiques et Interventions en Prévention et Promotion de la Santé**, le **CoDES 05** propose un espace de professionnalisation des acteurs de proximité, en proposant des modules de formation en éducation et promotion de la santé. Une équipe de six formateurs aux compétences pluridisciplinaires riches et complémentaires est mobilisée.

**En lien avec la crise sanitaire et au regard des activités déployées, l'activité globale de formations a été remodelée pour correspondre aux besoins.**

**Formation « Techniques d'animation en éducation et promotion de la santé »** : 1 session en présentiel, dans les locaux de la Fondation Edith Seltzer à Briançon : 7 participants : 3 jours : 14, 15 Septembre 2020, et 3ème journée reportée sur le 1er trimestre 2021

**Formation « Méthodologie et évaluation de projets »** : 1 session en présentiel, dans les locaux du CoDES 05 : : 4 jours : 28, 29 Septembre, 5, 6 Octobre 2020 : 5 participants

**Formation « Renforcer les compétences psychosociales »** : 1 session adaptée en distanciel : 3 jours : 30 Novembre, 1er Décembre, et 7 Décembre 2020.

En terme d'actions de substitution, et suite à des temps d'échanges et de co-construction avec le réseau CRES-CoDES, des sessions de formations « **Coronavirus : Mieux comprendre pour mieux agir** » ont été animées de Juin à Décembre 2020, en format distanciel.

Nous avons organisé au total 9 sessions de formation de Juin à Décembre 2020, permettant de cibler 80 professionnels relais.

Compte-tenu de la poursuite de la crise sanitaire, des enjeux liés au maintien des gestes barrières, à l'appropriation des comportements plus favorables, ces activités et sessions de formation sont reconduites sur ce premier semestre 2021, dans l'objectif d'être le plus réactif et d'être en capacité d'outiller les professionnels relais, et potentiels médiateurs relais au contact des différents publics.

### Paroles de stagiaires 🗣️

« Cette formation qui est la première pour moi au CoDES me permet d'appréhender votre travail au plus près désormais. Un binôme de formateurs qui place la barre haut ! Merci beaucoup pour cette formation de qualité »



### Financeurs

ARS PACA

### Contacts 📞

Alexandre NOZZI

Pascale MELOT

### Partenaires 😊

ARS PACA / Réseau CRES  
– CoDES PACA /  
Fondation Edith Seltzer /  
PJJ / DSDEN 05 / MDA 05 /  
CPTS / CHBD / Conseil  
Départemental des  
Hautes-Alpes / IFSI / ADMR  
05 / Professionnels de  
santé libéraux / Office de  
Tourisme Champsaur-  
Valgaudemar / DAHLIR /  
GEST 05 / Médecins du  
Monde / ADES du Rhône /  
France Terre d'Asile /  
APPASE / Les PEP Alpes du  
Sud / PTA 05 / MSA Alpes  
Vaucluse / CCAS de Gap  
/ Mutualité Française SUD  
/ ISATIS / Ville de Briançon  
/ Communauté de  
Communes / Gap Hautes-  
Alpes Athlétisme / SSIAD /  
CRIPS SUD

### Chiffres clés %

95 professionnels formés  
12 sessions de formations

### Informations / Bonus 🙌

Datadock, la base de  
données des organismes  
de formation de qualité  
Le CoDES 05 est référencé  
DATADOCK : 0053295

## Accompagnements méthodologiques



Dans le cadre du **Dispositif Régional de Soutien aux Politiques et Interventions en Prévention et Promotion de la Santé**, le **CoDES 05** propose un espace d'accompagnement et de soutien des acteurs de proximité.

L'accompagnement en méthodologie et évaluation de projets, est un service d'aide et de soutien, à destination de tout acteur ou professionnel, souhaitant développer et mettre en place un projet de santé publique.

Ce service peut prendre des formes variées et s'inscrire tout au long du projet, ou à des étapes spécifiques :

**Etat des lieux, priorisation, élaboration des objectifs, planification du plan d'action, recherches d'outils d'animation et de partenaires, budgétisation, évaluation et communication.**

Structurés et soutenus, les accompagnements sont réalisés par un conseiller formé et outillé en ingénierie de projets.

Ces accompagnements permettent aux acteurs, de monter en compétences en ingénierie de projet, dans une logique d'amélioration et/ou de développement d'action de promotion de la santé sur le territoire.

**Financeurs**  
ARS PACA

**Contacts** ☎  
Pascale MELOT  
Alexandre NOZZI

**Chiffres clés %**  
2 promotions d'étudiants en santé accompagnées dans le cadre de la mise en place du Service Sanitaire des Etudiants en Santé – Environ 80 étudiants  
Une quarantaine de professionnels accompagnés  
8 accompagnements de terrain

### Exemples d'accompagnement 🤝

Mise en place du Service Sanitaire auprès d'étudiants IFSI de 2ème année

Renforcement des liens entre Santé au travail et Prévention Promotion de la Santé pendant la crise sanitaire, par le développement d'une offre de prévention partenariale proposée par le GEST 05 et le CoDES 05

Aide à la réflexion pour développer une offre Prévention Promotion de la Santé (aménagement d'espaces, développement d'actions emblématiques et pérennes...) auprès des étudiants sur le site universitaire de Gap

### Partenaires 😊

Partenaires et professionnels accompagnés :

ADRETS  
GEST 05  
GEM Passe-Muraille  
Réseau Systémie / Thérapie Familiale 05  
UDESS 05  
DDCSPP 05 « Jeunesse et Sports »  
CVEC Site universitaire de Gap  
France Handicap 05  
IFSI de Gap  
IFSI de Briançon



## Coordination de l'offre documentaire auprès des centres

Dans le cadre du **Dispositif Régional de Soutien aux Politiques et Interventions en Prévention et Promotion de la Santé**, le **CoDES 05** propose un espace de coordination documentaire en direction des centres ressources du département des Hautes-Alpes.

L'activité prévue consiste à pérenniser et initier des démarches partenariales avec des institutions et des structures locales identifiées.

Cette année, l'animation de ce dispositif nous a permis de travailler en étroite collaboration avec CANOPE 05, par l'organisation de temps de présentation des missions du CoDES 05 et du DRSPI PPS auprès des réseaux des documentalistes des établissements scolaires, et par le montage de Webinaires expérimentaux dédiés à la Covid-19 et à la présentation des ressources pédagogiques pouvant être mises à disposition pour outiller et épauler les acteurs de terrain.

**En fin d'année 2020, nous avons débuté une réflexion pour proposer une analyse départementale des besoins en documentation, qui pourra être diffusée par l'ensemble des centres ressources du département, afin d'affiner les besoins en matière d'offre de documentation (ressources bibliographiques, pédagogiques, thématiques prioritaires ou émergentes...), et de piloter la veille et l'actualisation du Pôle Documentaire du CoDES 05 et d'assurer les missions « Documentation » du DRSPI PPS.**

Cette analyse départementale des besoins en documentation, assurée par la Chargée de documentation du CoDES 05, sera formalisée et diffusée au cours du premier semestre 2021.

Enfin, une réflexion est également engagée pour **redynamiser et relancer le réseau « Centre ressources documentaires du département des Hautes-Alpes » en y associant de nouveaux partenaires**, tels que la Bibliothèque Départementale de Prêt, gérée par le Conseil Départemental des Hautes-Alpes, ou encore la Fondation Edith Seltzer.

**Financeurs**  
ARS PACA

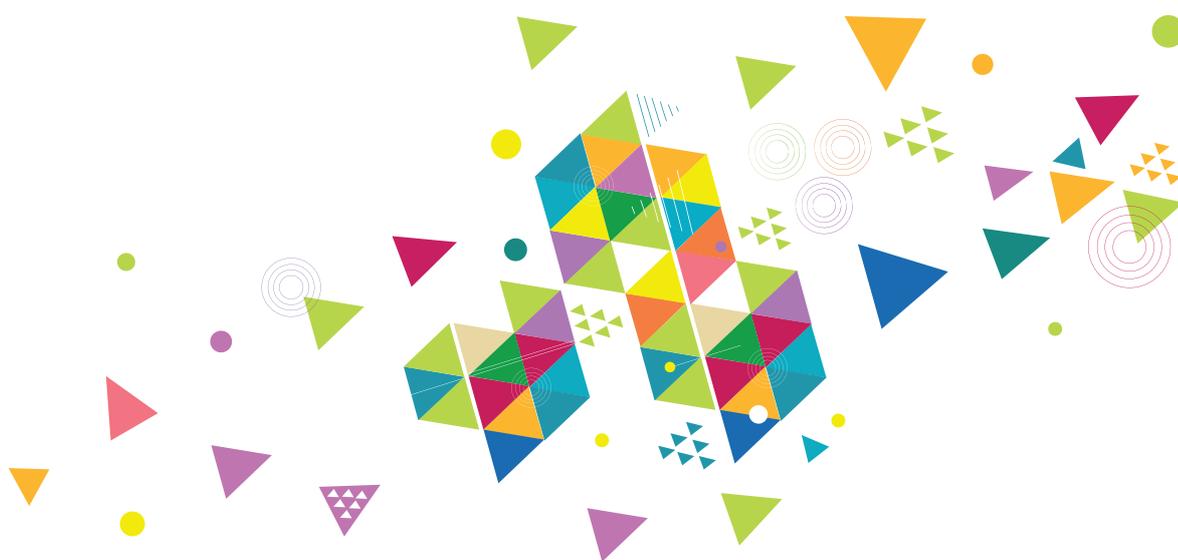
**Contacts** ⓘ  
Martine COLLARD  
Marion DORCHE

**Partenaires** 😊  
Ludambule  
CSAPA Sud / ANPAA 05  
Bibliothèque Universitaire  
Aix-Marseille Université de  
Gap  
Centre Hospitalier Buëch-  
Durance  
CANOPE 05





# Missions spécifiques



# Formation au repérage de la crise suicidaire et à la prise en charge de la souffrance psychique en population générale, chez les jeunes et chez les personnes vieillissantes

A partir des années 2000, des formations au repérage et à l'intervention de crise suicidaire ont été mises en place sur l'ensemble du territoire national avec pour objectif principal d'informer, de sensibiliser et de repérer le problème du suicide pour un large public.

L'évolution des pratiques, les recommandations du Haut conseil de la Santé Publique et la stratégie de prévention du suicide portée par le Ministère des Solidarités et de la Santé ont conduit à une actualisation et une rénovation du dispositif de formation.

La nouvelle approche priorise ainsi l'intervention auprès des personnes à haut risque suicidaire, c'est-à-dire les personnes ayant fait une tentative de suicide et celles souffrant de troubles psychiatriques.

Dans ce nouveau contexte, la Direction Générale de la Santé (DGS) a fait appel au Groupement d'Etudes et de Prévention du Suicide (GEPS) pour proposer un nouveau format de formation comprenant trois niveaux d'actions :

- **Un niveau « sentinelle »**
- **Un niveau « évaluation »**
- **Un niveau « intervention de crise »**

La session de **niveau « Intervention »** a pu avoir lieu avec un effectif réduit dû aux normes sanitaires en vigueur, et dû au manque de disponibilité des professionnels sur cette période.

Afin de répondre à la demande, une nouvelle session sera réalisée au mois de Mai 2021.

Les sessions de niveau **« Evaluation »** n'ont pu avoir lieu en lien avec le reconfinement et de l'activation du plan blanc, mobilisant les professionnels de santé (cibles de ce niveau). Une session de ce niveau sera réalisée sur le premier semestre 2021, afin de répondre le plus rapidement possible aux besoins exprimés, et de pouvoir créer le réseau liant les trois niveaux.

Les sessions de niveau **« Sentinelle »** ont pu être adaptées, en pleine collaboration avec le binôme de formateurs mobilisés. Elles se sont déroulées avec en format distanciel.



**Financiers**  
ARS PACA

**Contacts** ⓘ  
Pascale MELOT  
Marion DORCHE

**Chiffres clés %**  
Sur le département des Hautes-Alpes :  
6 professionnels formés au niveau « Intervention »  
19 professionnels ou citoyens formés au niveau « Sentinelle »

**Partenaires** ☺  
ARS PACA  
Réseau CRES / CoDES de la Région  
GHT des Alpes du Sud  
Centre Hospitalier Buëch-Durance

## Actions de coordination départementale Nutrition / Vaccination / Personnes en situation de handicap

Depuis l'année 2017, la Délégation Départementale des Hautes-Alpes de l'ARS PACA a confié au CoDES 05, la coordination de deux thématiques de Santé Publique, à savoir la Nutrition et la Vaccination, ainsi que la coordination d'une entrée populationnelle, à savoir les Personnes en situation de handicap. L'objectif général de cette démarche est de structurer une offre globale de prévention sur ces 3 thèmes, sur le territoire des Hautes-Alpes, afin de contribuer à la réduction des inégalités sociales et territoriales de santé. Cette coordination départementale s'inscrit dans un continuum de prévention sur notre département, en lien avec les priorités définies par le Plan Régional de Santé 2018-2023.

**Sur la coordination « Nutrition »**, les axes définis ci-dessous ont été poursuivis, malgré le contexte sanitaire :

- L'accompagnement des professionnels impliqués dans l'offre alimentaire et l'éducation nutritionnelle, avec l'animation de temps d'échanges de pratiques par organisation professionnelle
- Le déploiement de formations Nutrition avec l'actualisation de connaissances et renforcement de compétences dans ce domaine : Nutrition et précarité / PNNS 4...
- L'accompagnement des Plans Alimentaires Territoriaux, et du Plan Alimentaire Départemental, sur les volets PNNS et PNA.

Le 14 Décembre 2020, une journée d'échanges et de sensibilisation autour de la restauration collective en crèche a été organisée en présentiel par le CoDES 05. Au total, 14 professionnels ont ainsi pu renforcer leurs compétences professionnelles sur la qualité des repas servis, et ainsi contribuer à l'éducation nutritionnelle des enfants accueillis.

**Sur la coordination « Vaccination »**, nous avons pu assurer l'organisation et animation d'un Comité de Pilotage départemental, la mobilisation des partenaires concernés, la proposition d'accompagnement méthodologique et opérationnel aux partenaires qui souhaiteraient mettre en place des projets autour de la vaccination dans le département, et la participation à un webinaire d'information sur la vaccination CoVID 19 organisé par la FNES.

En complémentarité de cette action de coordination, le CoDES 05 est mandaté par le CRES PACA, via l'ARS PACA, pour relayer localement la Semaine Européenne de la Vaccination - SEV.

**Sur la coordination « Personnes en situation de handicap »**, l'année 2020 devait nous permettre d'organiser des conférences de territoire, à destination de tout professionnel, bénévole, accompagnant des personnes en situation de handicap, pour mieux identifier, connaître les acteurs et actions déjà développées sur un territoire donné dans le domaine de la santé, et selon les besoins et possibilités, de développer des actions de prévention dans ce domaine, en faveur de ces populations. La crise sanitaire ne nous a pas permis de développer ces conférences, aussi, nous avons de nouveau privilégié le soutien de structures dans la gestion de cette crise, notamment avec les structures avec qui nous développons des programmes de santé.

### Financiers

ARS PACA

### Contacts

Pascale MELOT  
Emilie VIGUIER-GAZZANIGA  
Amandine MOTTE  
Virginie ANICET

### Chiffres clés %

Une cinquantaine de professionnels concernés  
Une vingtaine de rencontres réalisées

### Partenaires

Santé Publique France /  
ARS PACA / CRES PACA /  
Conseil Départemental  
des Hautes-Alpes /  
DDCSPP 05 / Mutualité  
Française / Centres de  
vaccination / CeGiDD

# Accompagnement méthodologique en Éducation Thérapeutique du Patient

Dans le cadre du projet régional porté par le CRES PACA, le CoDES 05 propose aux structures déployant – ou souhaitant développer – des programmes d'Éducation Thérapeutique du Patient, un service d'appui méthodologique.

Celui-ci s'adapte aux demandes de chaque équipe pour faciliter la formalisation, la mise en œuvre ou encore l'évaluation des programmes, selon les besoins identifiés et repérés.

En 2020, ces accompagnements ont porté sur :

- L'animation du Collectif ETP 05, regroupant l'ensemble des acteurs portant des programmes ETP sur le département des Hautes-Alpes.
- Le développement de l'offre ETP auprès du Centre Hospitalier de Briançon.
- Le développement d'un programme « Diabète » en direction d'enfants et adolescents auprès de la Polyclinique des Alpes du Sud, à Gap.
- Le développement de l'offre ETP auprès de la CPTS Champsaur-Valgaudemar.
- La coordination de l'offre ETP « Diabète » avec les acteurs concernés sur le territoire, et en appui de l'AFD 04-05.

L'animation du Collectif ETP 05 sur cette année 2020 a été rythmée par la crise sanitaire. Dans ce cadre, plusieurs temps d'échanges ont été organisés en distanciel, afin de créer un espace de partages d'expériences et de pratiques entre acteurs de l'ETP – Comment chaque acteur s'est adapté ? Développement de programmes ETP ? Adaptation de programmes ETP en distanciel ?

Au terme de l'année 2020, pour répondre à l'attente de l'ensemble des membres du Collectif, d'une structuration renforcée de cette entité, une Charte du Collectif ETP 05 a été co-validée et co-signée par l'ensemble des acteurs associés, du champ sanitaire, médico-social, libéral, associatif, et d'exercice coordonné.

En parallèle, nous poursuivons la communication de cette offre d'accompagnement ETP globale en format dématérialisé, sur notre site internet, par les réseaux sociaux, et par l'outil de Newsletter.

Nous nous appuyons également, en étroit partenariat avec le CRES PACA, sur les formations "ETP" réalisées sur site, animées par le CRES PACA, pour valoriser l'offre "accompagnement méthodologique" ETP.

**Financeurs**  
ARS PACA

**Contacts** 📞  
Alexandre NOZZI

**Chiffres clés %**  
Une vingtaine de partenaires mobilisés  
5 accompagnements réalisés

**Partenaires** ☺  
ARS PACA / Réseau CRES-CoDES de la Région / Aix-Marseille Université / Centre Hospitalier Buëch-Durance / CHICAS de Gap / GHT des Alpes du Sud / Centre médical La Durance / Centre d'Éducation Thérapeutique « La Capucine » / PTA des Hautes-Alpes / Maison de santé SELIANCE / Association ETNAS / MSA Alpes-Vaucluse / CPTS / AILCA 04-05 / AFD 04-05 / Fondation Edith Seltzer / Centre Hospitalier de Briançon / Polyclinique des Alpes du Sud



### Charte de fonctionnement Collectif ETP Sud 05

- Objectifs du collectif :**
- Favoriser la connaissance réciproque des acteurs et partenaires du Groupe de travail
  - Partager les outils (animation, évaluation, coordination) des programmes ETP existants
  - Mutualiser les programmes ETP sur des territoires, avec les acteurs concernés les appuyant sur l'implémentation du partenariat La Durance - CHICAS de Gap sur un programme ETP « Cardio »
  - Promouvoir/ inviter faire connaître l'ETP dans le département des Hautes-Alpes
  - Établir un plan de communication départemental
  - Rendre accessible l'offre d'ETP sur le sud du département des Hautes-Alpes.
- Engagement de chaque structure dans le fonctionnement du collectif :**
- Participer régulièrement aux rencontres du collectif
  - Contribuer à la définition de l'ordre du jour des rencontres du collectif et faire émerger les besoins
  - Contribuer à la réflexion, à la dynamique et à la pérennisation du collectif
  - Communiquer sur les différents programmes ETP existants sur le territoire des acteurs et partenaires du collectif
  - Contribuer à une répartition territoriale de l'offre en ETP sur le territoire concerné par le collectif
  - Restier dans une démarche de transparence, de respect déontologique et éthique.
- Modalités du collectif :**
- Animation du collectif assurée par le CoDES 05 (rotation de l'animation à prévoir sur les années suivantes entre les acteurs du collectif)
  - 4 à 5 rencontres annuelles du collectif, en rotation dans les structures intégrées dans le collectif
  - Couverture territoriale du collectif : Ensemble du département des Hautes-Alpes



**le centre de ressources EN ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE DU PATIENT**

**Un nouveau service d'appui méthodologique de proximité pour vos programmes**

**Proposé par les Comités d'Éducation pour la Santé de Paca (CoDES)**

**Vos besoins**

- Vous souhaitez mener une démarche d'ETP pour vos patients et voulez comprendre comment se met en place un programme d'ETP...
- Vous initiez une démarche d'ETP qui nécessite de l'analyse et de la méthodologie de projet dont vous n'avez pas la pratique...
- Vous souhaitez démantier votre programme qui vient d'être autorisé et vous avez besoin d'outils et de méthodes pour sa mise en œuvre...
- Vous déployez déjà un programme d'ETP et êtes confrontés à des difficultés qui nécessitent de prendre du recul pour l'adapter.

**Nos axes d'accompagnement**

- Connaître la réglementation
- Rédiger un dossier d'autorisation ou de renouvellement
- Construire des contenus pédagogiques adaptés aux compétences recherchées
- Évaluer les compétences du patient
- Choisir des outils d'animation adaptés aux objectifs des ateliers
- Orchestrer les différentes étapes du programme
- Évaluer un programme (annuel ou quadriannuel)
- Construire et déployer un plan de communication
- Partager des expériences

Le nouveau service, financé par l'Agence Régionale de Santé Paca, est proposé dans le cadre du centre de ressources en Éducation Thérapeutique du Patient, animé par le Comité Régional d'Éducation pour la Santé Paca.

Les objectifs de projets des CoDES de Paca sont à votre écoute pour vous accompagner.

# Semaines d'Information sur la Santé Mentale (SISM)



A l'occasion de la 31<sup>ème</sup> édition des Semaines d'Information sur la Santé Mentale - SISM, le CoDES 05, en soutien de l'UNAFAM 05, a contribué à l'organisation d'un Colloque sur le thème : « **Santé mentale et discriminations** » le Jeudi 22 Octobre 2020, à l'espace culturel « Le Royal », à Gap.

D'une part, les discriminations ont un impact sur la santé mentale des personnes qu'elles touchent.  
D'autre part, les personnes concernées pas les troubles psychiques sont confrontées aux discriminations.

## Temps forts de la journée :

Projection de la vidéo « **Si on vous dit maladie mentale, qu'est-ce qui vous vient à l'esprit ?** » - Témoignage d'un patient expert

Plénière « **Qu'est-ce qu'une discrimination ?** » - Patrick Coupechoux, journaliste spécialiste de la psychiatrie et Yves Gigou infirmier en psychiatrie et auteur de « Mon métier d'infirmier, éloge de la psychiatrie de secteur »

Plénière « **Présentation du livre Les chemins de la renaissance** » - Alain et Christine Minassian, art-thérapeute et psychothérapeute, conférenciers et auteurs.

Table ronde de présentation d'actions visant à diminuer les discriminations, animée par l'UNAFAM 05.

Lecture d'extraits du recueil des poèmes « **Le printemps masqué** » écrits par les usagers du GEM Passe Muraille pendant le confinement de Mars 2020.

**Financeurs**  
ARS PACA

**Contacts** ☎  
Pascale MELOT  
Marion DORCHE

**Chiffres clés %**  
40 participants  
Une dizaine de partenaires associés à la co-construction de cette journée

**Partenaires** ☺  
UNAFAM 05 / Centre Hospitalier Buëch-Durance / Conseil Départemental des Hautes-Alpes / ISATIS / Parc Naturel Régional des Baronnies Provençales / UNAPEI 05 / Gem Le Passe Muraille



## Semaine Européenne de la Vaccination SEV 2020

### Mobilisons-nous pour la vaccination !



La 14<sup>ème</sup> Semaine Européenne de la Vaccination – **SEV**, initialement prévue du 20 au 26 Avril 2020 sur le thème « La meilleure protection, c'est la vaccination », avec un axe spécifique sur la vaccination contre la rougeole et l'encouragement d'interventions en région favorisant le rattrapage vaccinal ROR, notamment auprès des jeunes adultes de 18-40 ans, a été annulée par Santé Publique France en raison de l'épidémie de Covid-19.

L'organisation régionale de la Semaine de la Vaccination était quasiment finalisée mi-mars 2020 lors du premier confinement, le comité de pilotage départemental des Hautes-Alpes avait été mobilisé, et en matière d'actions « hors les murs » et dans une démarche d'« aller vers », un Village Info Vaccination, porté par Santé Publique France, était planifié sur la ville de Gap lors de la semaine de la SEV 2020. Deux sites « pilotes » avait été retenu en Région Provence Alpes Côte d'Azur.

Portée par le CRES PACA et l'ARS PACA en Région, le CoDES 05 est en charge de la coordination de la SEV à l'échelle départementale. A ce titre, il a un rôle actif de mobilisation et d'appui des acteurs locaux de la vaccination en amont et tout au long de cette manifestation.

En terme de perspectives, sur l'année 2021, en partenariat avec le CRES PACA et l'ARS PACA, le CoDES 05 se mobilisera en tant qu'acteur relais de coordination départementale sur l'édition 2021 de la SEV.

Cette année, la vaccination contre la Covid-19 reste l'actualité du jour mais ne doit pas faire oublier l'importance des autres vaccinations pour préserver la santé de tous, que ce soit les vaccinations du nourrisson, mais aussi la vaccination des moins de 40 ans avec 2 doses pour stopper les épidémies de rougeole ou la nouvelle extension aux garçons de la vaccination contre le papillomavirus (HPV).

En parallèle, le CoDES 05 lance pour les professionnels de santé de son département une campagne de communication spécifique à la vaccination Covid-19, et le développement de webinaires courts pour débattre des leviers et freins à l'adhésion à la vaccination Covid-19, en partenariat avec le GEST 05.

**Financiers**  
ARS PACA

**Contacts** 📞  
Pascale MELOT  
Amandine MOTTE  
Nathalie BEIL

**Partenaires** 😊  
CRES PACA / ARS PACA /  
Santé Publique France /  
GEST 05 / Conseil  
Départemental des  
Hautes-Alpes / Centres de  
vaccination de Gap et de  
Briançon

## Moi(s) Sans Tabac 2020

Le Ministère des Solidarités et de la Santé et Santé Publique France, en partenariat avec l'Assurance Maladie ont lancé en 2020, la 5<sup>ème</sup> édition du Moi(s) Sans Tabac.

Cette opération nationale incite de manière positive les fumeurs à arrêter le tabac pendant 30 jours, durant tout le mois de Novembre. Un mois sans tabac multiplie par 5 les chances d'arrêter de fumer définitivement.

L'esprit collectif a été au cœur de cette 5<sup>ème</sup> édition en invitant les participants à arrêter de fumer en équipe.

Pour relayer les orientations nationales et régionales, et pour coordonner l'offre « Moi(s) Sans Tabac » sur le département, un comité de pilotage départemental réunissant les opérateurs concernés a été organisé, et animé tout au long du dispositif, dès le mois de Septembre 2020, jusqu'au mois de Décembre 2020.

Pour appuyer son déploiement sur le département des Hautes-Alpes, le CoDES 05 a animé des temps de demi-journées d'information et de sensibilisation sur la campagne "Moi(s) Sans Tabac" auprès des partenaires, professionnels et acteurs de proximité.

Ces rencontres ont été organisées en partenariat avec Addictions France / CSAPA Sud sur Gap, et avec la Fondation Edith Seltzer / CSAPA Nord sur Briançon.

Une soirée de sensibilisation et d'échanges sur les comportements addictifs a été organisée auprès des élèves internes de la MFR de Ventavon.

De plus, pour répondre à des demandes formulées par les partenaires et acteurs du Moi(s) Sans Tabac, une offre de formations a été renouvelée, à savoir une formation « Prescription des substituts nicotiques » d'une journée le Lundi 29 Mars 2021, et une formation « Entretien motivationnel » de 2 journées, en distanciel, les Mercredi 14 et Jeudi 15 Avril 2021.

### Paroles de stagiaires 🗣️

*« Au top. Ça faisait longtemps que je n'avais pas suivi une formation aussi intéressante malgré l'inconfort de la visio »*

*« Formation très enrichissante : apport de connaissances + outils + partenariats + échanges d'expériences »*



### Financiers

ARS PACA  
Santé Publique France

### Contacts 📞

Alexandre NOZZI  
Virginie ANICET

### Chiffres clés %

2 réunions du Comité de pilotage départemental  
2 1/2 journées de présentation :  
15 participants  
Formation « Entretien motivationnel » : 6 participants  
Formation « Prescription des substituts nicotiques » : 5 participants  
Accompagnements ponctuels auprès de partenaires dans le cadre de la mise en place du dispositif « Moi(s) Sans Tabac »

### Partenaires 😊

CRES PACA / ARS PACA / Santé Publique France / Addictions France – CSAPA Sud / Fondation Edith Seltzer – CSAPA Nord / Centre Hospitalier Buëch-Durance / GEST 05 / GHT des Alpes du Sud / ELSA du CHICAS de Gap / ELSA du Centre Hospitalier de Briançon

## Fonds de Lutte Contre les Addictions – FLA 05

Le bilan commun des différentes actions menées en partenariat auprès des publics identifiés a révélé la nécessité de renforcer le maillage territorial des professionnels du champ sanitaire, social et médico-social pour une meilleure collaboration entre les intervenants et une réponse plus adaptée aux besoins de ces publics. Aussi, un projet commun porté par la Fondation Edith Seltzer, a été défini.

Avec l'ambition d'apporter une réponse globale, grâce à des actions de prévention complémentaires, auprès de plusieurs publics à prioriser, **le plan d'actions envisagé doit permettre d'éviter les ruptures dans l'accompagnement du public, et d'orienter de façon efficace les usagers vers des ressources telles que les consultations (CJC ou consultations avancées).**

**Ceci aura pour effet de réduire le développement des conduites addictives et de renforcer le recours aux dispositifs ressources existants.**

**Dans un cadre opérationnel, 4 Fiches Action ont été définies :**

- Accompagner les acteurs de première ligne à l'utilisation d'outils pour le repérage précoce et l'intervention brève
- Développer les interventions en milieux festifs et accompagner les organisateurs d'événements festifs
- Expérimenter des « Lieux de santé sans tabac »
- Développer la prévention et l'information de publics vulnérables (jeunes suivis par la MDA, jeunes sportifs, groupes identifiés par les services de prévention, CHR...) et optimiser l'orientation de ces personnes vers les ressources existantes

Afin d'accompagner et superviser l'évaluation de l'action, un organisme de recherche est impliqué : le Laboratoire de Psychologie Sociale de Aix-Marseille-Université. Il s'agit de créer une méthodologie commune d'évaluation permettant de faciliter la coordination globale des différents acteurs et de faciliter la déclinaison des actions sur tout le département.

**Le CoDES 05, compte-tenu de ses missions, est en charge de l'animation et du déploiement de la fiche action « Lieux de santé sans tabac »,** auprès des deux écoles IFSI du département, à savoir les IFSI de Gap et de Briançon, et les instituts de formation des aides-soignants, avec le support des ELSA de Gap et de Briançon, et des ressources du RESPADD.

**Le CoDES 05 est en soutien des axes « Accompagner les acteurs de première ligne » et « Développer la prévention et l'information de publics vulnérables »** compte-tenu de son expérience et de son expertise sur ces axes. Il contribue également, avec le support d'Aix-Marseille Université, à l'évaluation du processus et du résultat de l'expérimentation « FLA 05 ».

**Le CoDES 05 intervient dans le cadre des formations « Repérage Précoce et Intervention Brève - RPIB »** organisées par Addictions France - CSAPA sud, et le CSAPA Nord, à destination des professionnels du département, en co-animant un temps de présentation d'outils ressources en prévention.

### Financeurs

ARS PACA

### Contacts

Pascale MELOT  
Virginie ANICET  
Nathalie BEIL

### Chiffres clés %

10 partenaires locaux et régionaux mobilisés

### Partenaires

ARS PACA / Fondation Edith Seltzer – CSAPA Nord / Addictions France – CSAPA Sud / Centre Hospitalier Buëch-Durance / MDA 05 / GHT des Alpes du Sud / ELSA du CHICAS de Gap / ELSA du Centre Hospitalier de Briançon / CPTS Champsaur-Valgaudemar / Laboratoire de Psychologie Sociale de la Santé / RESPADD / IFSI de Gap / IFSI de Briançon

# Prévention des maladies cardio vasculaires et travail dans le secteur de la restauration sur le département des Hautes-Alpes

Le projet de prévention des maladies cardiovasculaires auprès des salariés de la restauration est issu d'un travail collaboratif entre les acteurs de la santé au travail et de la promotion de la santé initié dans le cadre d'un dispositif régional coordonné par le CRES depuis 2014 et soutenu par la Direccte et l'ARS.

Ce dispositif a été créé à l'origine pour favoriser les échanges entre les professionnels des deux champs de la santé (santé au travail et promotion de la santé) et faciliter la mise en œuvre de rapprochement et de projets communs. Fort de ses premières années d'existence, les membres du dispositif régional se sont engagés dans un processus d'écriture d'un projet de prévention.

**Une analyse de situation et un travail de consensus ont permis de faire émerger un projet de prévention des maladies cardiovasculaires auprès des salariés de la restauration.**

Deux types d'action ont été priorisées par les membres du dispositif :

- La création d'un plaidoyer à destination des employeurs afin de les encourager à s'investir dans le champ de la prévention des MCV.
- La création d'un kit de sensibilisation / information dont le format et le contenu seront définis début 2020.

L'expérimentation locale de ce dispositif s'est portée sur le département des Hautes-Alpes, compte-tenu notamment du partenariat historique tissé entre le CoDES 05 et le GEST 05.

**Cette expérimentation se destine en direction de différents publics du champ de la restauration, à savoir les futurs professionnels / apprentis, les saisonniers, les employés et employeurs.**

Les formats d'expérimentation sont adaptés aux publics, à savoir des modules de séquences d'échanges avec les futurs professionnels / apprentis, des journées « Bilan de santé des saisonniers » avec les saisonniers, ou des ateliers spécifiques d'information en direction des employés et employeurs.

Compte-tenu de la crise sanitaire, et de l'impact de celle-ci sur le secteur de la restauration, l'activité sera réalisée sur l'année 2021.

Kit information  
Livret de l'utilisateur

« Au menu aujourd'hui :  
la prévention des maladies  
cardiovasculaires »

Projet de prévention des maladies  
cardiovasculaires auprès des  
salariés et employeurs travaillant  
dans les TPE du secteur de la  
restauration



**Financiers**  
ARS PACA

**Contacts** ⓘ  
Alexandre NOZZI  
Nathalie BEIL

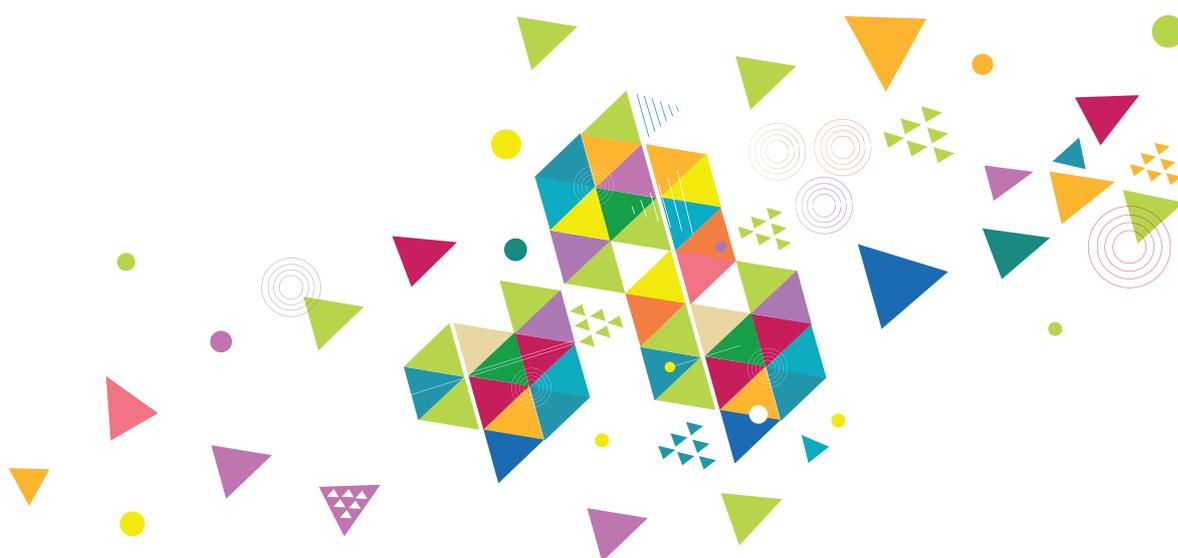
**Chiffres clés %**  
2 établissements de  
formation sensibilisés  
2 outils expérimentaux  
validés  
Une dizaine de  
partenaires locaux  
sensibilisés

**Partenaires** ☺  
CRES PACA / ARS PACA /  
DIRECCTE – DREETS PACA /  
GEST 05 / CFA de Gap /  
Lycée Professionnel  
Sévigné / Mutualité  
Française SUD / UMIH 05





# Petite enfance



# Ratatouille & Cabrioles

Cette action emblématique régionale menée depuis l'année scolaire 2015, s'est à nouveau développée sur l'ensemble du département des Hautes-Alpes.

Au total, ce sont 12 écoles maternelles qui bénéficient de ce programme triennal d'éducation à la santé nutritionnelle.

Les écoles ont été sélectionnées par l'Inspection Académique en fonction des zones prioritaires de l'Education Nationale et des communes où l'indice de désavantage social est le plus marqué car ce sont des facteurs de risques du surpoids et de l'obésité.

En concertation avec les équipes éducatives, ce programme est susceptible d'être modifié et adapté en fonction des besoins et des objectifs pédagogiques des enseignants.

Ainsi pour chaque établissement scolaire, les chargées de projets réalisent une fiche récapitulant les objectifs pédagogiques et les différentes séances des classes.

La totalité des interventions n'ont pu voir le jour durant cette année scolaire. En effet, suite à la crise sanitaire rencontrée, les interventions fixées de Mars à Juin 2020 ont dû être annulées.

Toutefois, afin d'assurer la continuité pédagogique durant les mois de confinement, l'équipe de CoDES 05 s'est mobilisée et a édité toutes les semaines **Le Journal de Ratatouille et Cabrioles**.

Cet hebdomadaire a pu être transmis aux parents via un mailing spécifique assuré par les enseignants.

Il a permis de proposer aux enfants et à leur famille des activités en lien avec l'alimentation : recettes, défis, comptines, albums jeunesse, idées d'activité physique...

Au total, 8 numéros ont été réalisés.

L'ensemble des numéros est consultable sur le site internet du CoDES 05 :

<https://www.codes05.org/actions/petite-enfance/ratatouille--cabrioles>



**Financeurs**  
ARS PACA

**Contacts** ⓘ  
Emilie VIGUIER-GAZZANIGA

**Chiffres clés %**  
12 écoles bénéficiaires de l'action  
Une quarantaine de professionnels de l'Education Nationale  
Environ 750 élèves sensibilisés  
8 numéros du Journal de Ratatouille et Cabrioles

**Partenaires** ☺  
Réseau CRES-CoDES PACA / ARS PACA / DSDEN 05 / Service PMI du Conseil Départemental des Hautes-Alpes / Ecoles bénéficiaires 2018-2021 : Pasteur (Gap), Beauregard (Gap), Fontreyne (Gap), Bellevue (Gap), Paul Emile Victor (Gap), Anselme Gras (Gap), La Roche de Rame, Remollon, Espinasses, Châteauneuf de Chabre, Barret sur Méouge, Laragne

## Ce qu'on en dit... 📖

« Moi je suis le plus heureux, maintenant il prend son petit-déj sans problème et en plus il me fait du jus d'orange frais le week-end ! »

« Les ateliers sensoriels et les différents outils permettent aux enfants d'être actifs »

« Un programme adapté, qui permet de développer le vocabulaire des enfants »

**Ratatouille & Cabrioles**

Cette semaine, nous mettons en avant les fruits. Avec l'arrivée des beaux jours, nous prenons plaisir à retrouver ces aliments colorés, sucrés qui annoncent le retour de belles journées ensoleillées.

**A vos Tabliers !**

Cette semaine, nous vous proposons une recette à base de fruits frais, facile à faire avec des enfants. Et pourquoi pas une charlotte aux fruits ? Ce dessert peut être décliné de mille et une façon en fonction de la saison : fraise ou printemps, melon pour l'été, poire en automne ou encore kiwi en hiver.

Le site [mangerbouger.fr](http://mangerbouger.fr) propose des calendriers afin de vous aider à choisir des fruits, légumes, poissons de saison tout au long de l'année.

**Recette d'une charlotte pour 4 personnes**  
20 biscuits à la cuillère - 1 pot de fromage blanc - 2 oranges  
20 fraises - 1 verre de sucre

Presser les oranges et mettre le jus dans une assiette à soupe. / Trimer les biscuits rapidement dans le jus d'orange grillé. / Dans un saladier, mélanger le fromage blanc, le sucre, les biscuits et le jus d'orange. / Couper les fraises en morceaux et les disposer au fond et sur les côtés d'un moule à cake. / Couper en deux si besoin.

Mettre la moitié du fromage blanc dans le moule, quelques fraises, puis une couche de biscuits. Renouveler cette opération pour arriver jusqu'en haut du moule. Couvrir le moule avec un film alimentaire ou une assiette et le mettre au réfrigérateur pendant 12 heures. Pour démouler les charlottes plus facilement, tremper le plat dans de l'eau chaude quelques secondes.

Décorer de quelques fraises entières, il ne reste plus qu'à déguster ! **Bon appétit !**

Fiche activité n°4

# Promotion d'une bonne santé bucco-dentaire chez le jeune enfant

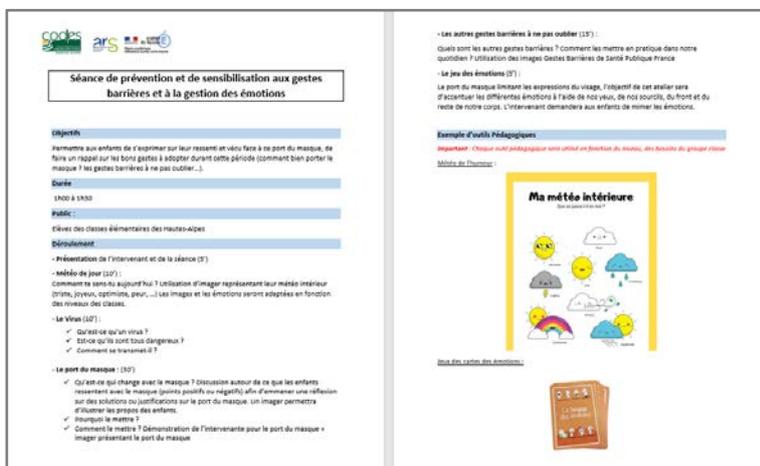
L'efficacité de la prévention bucco-dentaire à grande échelle n'est plus à prouver et de nombreux exemples de campagnes en France comme à l'étranger montrent une amélioration notable de la santé dentaire dont les répercussions sur les dépenses de soins dentaires sont positives.

Pour les enfants de 5 à 6 ans, les études de la DREES montrent qu'entre 6% et 17% des enfants de cet âge ont au moins deux caries. LeCoDES05, reconnu pour son expertise en tant qu'acteur de prévention primaire, s'inscrit dans une démarche de promotion et d'éducation pour la santé, par la valorisation de comportements favorables à la santé dès le plus jeune âge notamment dans l'hygiène bucco-dentaire.

**Afin de répondre au mieux au contexte pandémique rencontré, et au confinement vécu, le CoDES 05, soucieux de proposer une offre de services au plus près des attentes des partenaires et établissements, a proposé une réorientation de ces séances sur les gestes barrières, inhérente à la dimension « hygiène du corps » du projet, dans une démarche de co-construction avec notre partenaire Gap Sciences Animation 05.**

Cette réorientation a permis de proposer cette offre de prévention auprès de l'ensemble des accueils collectifs de mineurs du département des Hautes-Alpes sur l'été 2020, avec un soutien fort de la DDCSPP 05 – Jeunesse et Sports, sur la communication et l'implantation globale de l'action.

La réorientation de cette action nous a permis de tisser un lien fort avec les partenaires institutionnels, particulièrement saisi sur les enjeux du port du masque et concernant l'impact de l'épidémie sur les populations, dont la Délégation Départementale des Hautes-Alpes de l'ARS PACA, la DDCSPP 05 – Jeunesse et Sports, ou encore la DSDEN 05.



**Financeurs**  
ARS PACA

**Contacts**   
Amandine MOTTE

**Chiffres clés %**  
Plus de 1 800 enfants sensibilisés

**Partenaires**   
ARS PACA / DDCSPP 05  
Jeunesse et Sports /  
DSDEN 05 / GSA 05

**Reste en forme cet été !**

Propositions d'activités éducatives en faveur des enfants, adolescents et de modules de sensibilisation des équipes d'animation. Accueils Collectifs de Mineurs dans les Hautes-Alpes - été 2020

Dans le contexte particulier d'épidémie de COVID-19, le CoDES 05, Comité Départemental d'Éducation pour la Santé des Hautes-Alpes, vous propose des activités pédagogiques et ludiques en faveur des enfants, ainsi que des modules de sensibilisation et de soutien aux équipes d'animation.

Le confinement, l'assouplissement des gestes barrières, le port du masque en collectivité, le vécu du confinement, la gestion des émotions pendant cette période de déconfinement, l'engagement des enfants à l'écologie, le développement de la pensée critique, mais aussi des questions d'alimentation et de santé environnementale. Toujours essentielles... autant de sujets d'actualité qui peuvent être abordés dans le cadre des modalités d'intervention présentées et proposées ci-dessus.

Dans une démarche de co-construction, le contenu de nos interventions sera adapté en fonction des besoins et des demandes des structures.

Ces interventions sont soutenues par l'Agence Régionale de Santé - ARS PACA, et par la Direction Départementale de la Cohésion Sociale et de la Protection des Populations - Services Jeunesse, Sports, Famille.

**Contact et Informations**  
Vous souhaitez des informations complémentaires et/ou que nous intervenions dans votre structure, merci de nous contacter par retour de mail à [coades@coades05.org](mailto:coades@coades05.org) ou par téléphone au 04 92 53 08 72.



**Ce qu'on en dit...**   
« Quand on demande aux élèves de compter leurs dents les résultats peuvent être étonnant : dans une même classe un élève pensait avoir 17 dents et l'autre 46 ! »

## Petite Enfance & Santé

Les professionnels des structures d'accueil de la petite enfance ont un rôle à jouer dans le développement harmonieux de l'enfant.

Ainsi, il est primordial de pouvoir leur permettre de renforcer leurs compétences, notamment en termes d'accompagnement de l'enfant dans son alimentation, mais aussi de soutien à la parentalité auprès des familles.

Dans une démarche de promotion de la santé, cette action promeut une cohérence, dans les structures d'accueil, mais aussi au sein des familles, afin de permettre in fine de réduire les inégalités sociales de santé dès la petite enfance, enjeu majeur de santé publique.

Ces interventions visent, chez les professionnels de la petite enfance, d'acquérir des connaissances et compétences nécessaires afin d'être des relais privilégiés auprès des futurs et jeunes parents des messages adaptés en terme de santé.

Ces interventions permettent aux futurs et jeunes parents d'acquérir les connaissances et compétences qui leur permettront d'être davantage en capacité d'aborder les règles hygiéno-diététiques, afin de mettre en place un contexte favorable à la préservation d'une santé optimale chez leurs jeunes enfants.

La totalité des interventions n'ont pu voir le jour durant cette année. En effet, suite à la crise sanitaire rencontrée, les interventions fixées de Mars à Juin 2020 ont dû être annulées.

Toutefois, afin d'assurer la continuité pédagogique durant les mois de confinement, l'équipe de CoDES 05 s'est mobilisée et a édité **Le Petit Journal de la Santé**.

Ce document a pu être transmis aux parents via un mailing spécifique assuré par les structures de la petite enfance associées au projet.

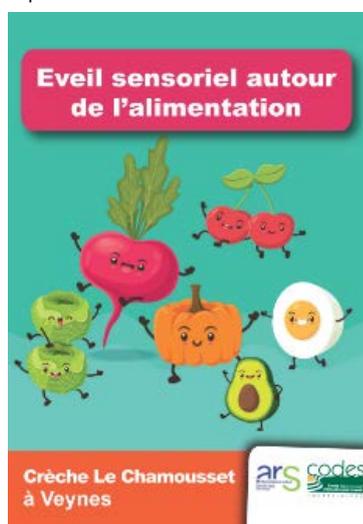
Il a permis de proposer aux enfants et à leur famille des activités en lien avec la santé, et le bien-être.

L'ensemble des numéros est consultable sur le site internet du CoDES 05 : <https://www.codes05.org/actions/petite-enfance/petite-enfance--sante>

### Ce qu'on en dit... 🗣️

« Ces temps d'échanges sont très importants, à la fois pour être informé mais aussi pour être rassurés et pouvoir échanger avec d'autres parents »

« Ces rencontres sont importantes pour actualiser nos connaissances et avoir un discours commun dans nos missions d'accompagnement auprès des parents »

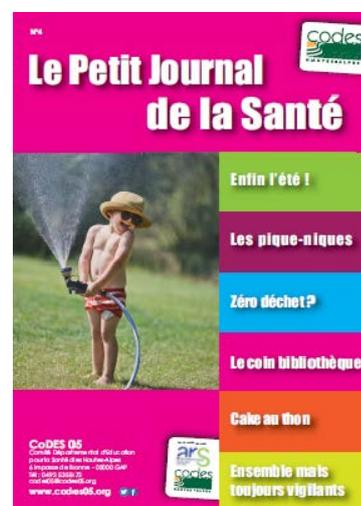


**Financeurs**  
ARS PACA

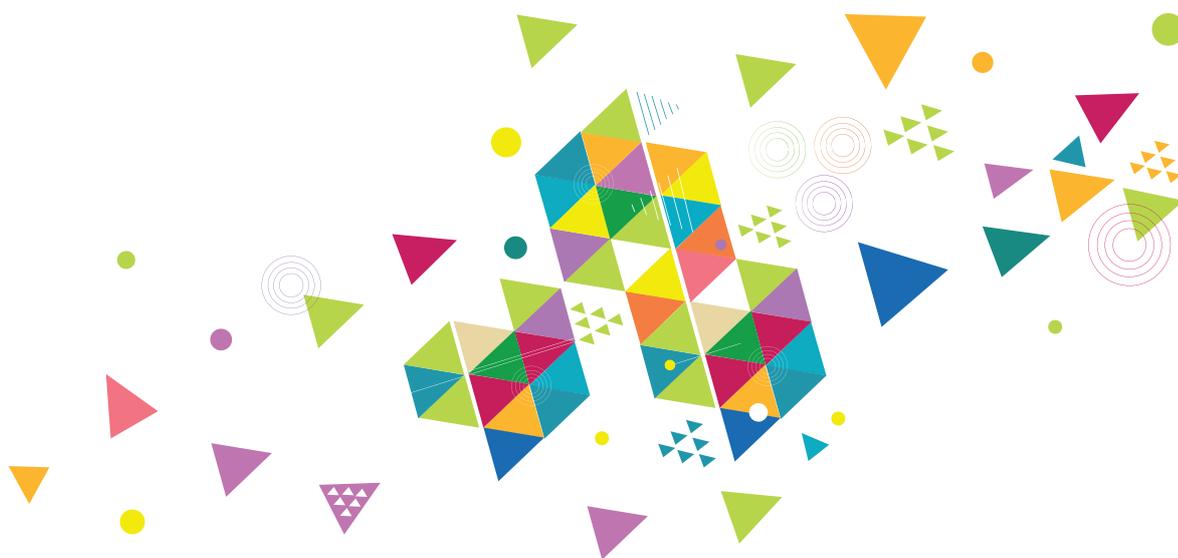
**Contacts** 📞  
Amandine MOTTE

**Chiffres clés %**  
Six structures bénéficiaires  
Une cinquantaine de professionnels mobilisés  
4 numéros du Petit Journal de la Santé

**Partenaires** 😊  
Service PMI du Conseil Départemental des Hautes-Alpes / Réseau petite enfance - Crèches, Maisons des Solidarités, Relais d'Assistantes Maternelles... mobilisés par un appel à candidatures



# Enfants Adolescents Jeunes



## Equilibre de vie

« Équilibre de vie » est un projet d'éducation à la santé visant à apporter des connaissances et des compétences sur deux thématiques indissociables : la nutrition et l'activité physique.

Ce projet s'adresse aux enfants et adolescents, en écoles élémentaires et collèges, en priorité sur le territoire du gapençais.

Cette action a pour objectif de promouvoir des comportements favorables à la santé auprès des enfants et adolescents, notamment sur la prévention du surpoids et de l'obésité des jeunes.

**Afin de répondre au mieux au contexte pandémique rencontré, et au confinement vécu, le CoDES 05, soucieux de proposer une offre de services au plus près des attentes des partenaires et établissements, a proposé une réorientation de ces séances sur les gestes barrières, inhérente à la dimension « hygiène du corps » du projet, dans une démarche de co-construction avec notre partenaire Gap Sciences Animation 05**

Cette réorientation a permis de proposer cette offre de prévention auprès de l'ensemble des accueils collectifs de mineurs du département des Hautes-Alpes sur l'été 2020, avec un soutien fort de la DDCSPP 05 – Jeunesse et Sports, sur la communication et l'implantation globale de l'action.

**Voici les actions que nous avons pu proposer dans ce cadre :**

- **Les Gestes barrières** : à travers divers ateliers ludiques (modelage d'un virus, expériences avec des paillettes, test avec de la peinture...), les enfants ont pu manipuler pour mieux visualiser ce qu'était un virus, et ainsi mieux comprendre les gestes barrières.

- **La protection solaire** : grâce à des jeux et des expériences scientifiques (papier UV), le but de l'atelier a été de comprendre les conséquences du soleil sur notre santé si l'on ne se protège pas.

- **L'hygiène bucco-dentaire** : les enfants ont pu manipuler une brosse à dents et une mâchoire géante permettant de comprendre et d'expliquer la composition de la dentition et la méthode de brossage des dents.

- **La gestion des émotions, le développement de la pensée critique, la relation à l'autre** : ces ateliers spécifiques ont permis aux enfants d'acquérir des outils qu'ils pourront réinvestir par la suite.

- **L'alimentation** : de l'équilibre alimentaire en passant par les petits déjeuners du monde et une grande chasse au trésor (goûter équilibré), les enfants ont pu découvrir différents aspects de l'alimentation et acquérir une plus grande connaissance sur ces thèmes.



**Financeurs**  
ARS PACA

**Contacts** ⓘ  
Morgane TESSIER

**Chiffres clés %**  
Une douzaine  
d'accueils de loisirs  
sensibilisés  
Près de 400 enfants  
concernés

**Exemples d'ateliers  
pratiques**

Petits déjeuners du  
monde  
Chasse au trésor

**Partenaires** 😊  
ARS PACA / DDCSPP 05  
Jeunesse et Sports /  
GSA 05

## De la Terre à mon assiette

Le projet s'inscrit dans la démarche de PAT - Projet Alimentaire Territorial - co-porté par le PETR – Pôle d'Equilibre Territorial et Rural - du Briançonnais, des écrins, du Guillestrois, du Queyras et du PNR – Parc National régional - du Queyras.

La restauration scolaire constitue un levier intéressant pour les collectivités dans une perspective de relocalisation de la production et de la consommation. Dans cet esprit et en écho au programme d'actions esquissé par le collectif de la transition agricole et alimentaire, le projet s'articule autour de l'éducation à l'alimentation en milieu scolaire et sur la mise en réseau des acteurs de la restauration collective.

Ce projet co-construit entre le Parc Naturel Régional du Queyras, l'Association Environnement & Solidarité, l'association REC, et le CoDES 05, a pour objectifs de :

- Favoriser l'appropriation par les élèves des problématiques agricoles et alimentaires
- Valoriser l'alimentation de qualité et l'agriculture locale
- Valoriser les métiers de la production agricole et de la restauration collective
- Accompagner la création de lien entre les acteurs de la restauration hors domicile du territoire pour décloisonner et faciliter l'instauration de circuits courts.

**L'année 2020** a été dédiée à la valorisation du premier axe dédié à la sensibilisation des enfants aux enjeux alimentaires territoriaux, par la réalisation de vidéos spécifiques pour les 5 classes pilotes du projet.

Cette année 2020 a pu permettre de faire éclore, malgré le contexte sanitaire, l'émergence d'ateliers dédiés à favoriser la mise en réseau entre producteurs locaux, acteurs de la restauration collective, et élus locaux, dans l'objectif de proposer une offre alimentaire locale, responsable et adaptée aux recommandations sanitaires nutritionnelles.

**L'année 2021** sera consacrée à la finalisation du programme par la formalisation d'un temps évènementiel de rencontre entre acteurs de la restauration collective, producteurs locaux, et élus locaux, par les démarches d'ateliers impulsés depuis le second semestre 2020.

Ce temps évènementiel est prévu d'être sous format de voyage itinérant de repérage de bonnes pratiques, dans une collectivité dite « exemplaire », à Mouans-Sartoux, dans les Alpes Maritimes.

**De la terre à mon assiette** Classe de CM – Eyglies  
2019-2020



Notre projet consiste à mieux connaître ce qui est produit localement, c'est-à-dire près de chez nous.  
Nous apprenons aussi à ne pas gaspiller le nourriture, ne pas le jeter, à moins possible, à respecter le travail de ceux qui produisent notre nourriture.  
Nous avons visité l'exploitation de la maraîchère Fanny Lhomme, le GAEC des Establiesses (élevage de brebis pour la viande), l'abattoir de Oullestres...  
Nous avons été accompagnés de Ludvine pour la visite des Establiesses.  
Elle nous a parlé de son métier de bégaine.  
Nous allons faire un film d'animation avec une vidéo qui s'appelle Sophie Kain.  
Il y a une conteuse, Florence Félin, qui est venue créer une histoire pour notre film.  
Samie est venue faire de la cartographie en classe. Avec elle, nous avons aussi imaginé nos courses dans le futur.  
Mado est venue en classe pour nous expliquer l'environnement. Il y avait des ateliers. Nous avons fait des groupes, nous avons joué sur les ateliers qui portaient de l'environnement.  
Nous avons aussi travaillé avec Léo sur le gaspillage alimentaire.

Candice et Flavie



**Financeurs**  
Financement LEADER

**Contacts** ⓘ  
Alexandre NOZZI  
Emilie VIGUIER-GAZZANIGA

**Chiffres clés %**  
Cinq établissements bénéficiaires  
Une soixantaine d'élèves sensibilisés  
Deux ateliers de mise en réseau organisés

**Partenaires** 😊  
Parc Naturel Régional du Queyras  
Association Environnement & Solidarité  
Association REC  
DSDEN 05 / Ecole de Vallouise / Ecole de La Salle les Alpes / Ecole d'Eyglies / Ecole de La Roche de Rame / Classe ULIS de l'Ecole de la Briançon « Mi-chaussée » / IME Le Jouclaret à Briançon

## Cap, pas Cap de dire non

Ce programme Cap ou pas Cap est mené par le CoDES 84 dans le département du Vaucluse, depuis une dizaine d'années. Le déploiement de ce programme dans les Hautes-Alpes est assuré avec le soutien du CSAPA Sud - ANPAA et du CSAPA Nord - Fondation Edith Seltzer.

Les résultats de différentes études invitent à développer des programmes de prévention de consommation de produits psychoactifs en amont des premières consommations, dès l'école primaire.

L'objectif du projet présenté ici est de développer ou renforcer les compétences des enfants, en matière de facteurs de protection, afin de les aider/outiller à faire face à la pression sociale (des pairs et des modèles proposés par la société en général et les médias en particulier), au stress ou à l'anxiété, sans passer par une consommation de produits psychoactifs et retarder l'âge, voire éviter, la première consommation.

**Afin de répondre au mieux au contexte pandémique rencontré, et au confinement vécu, le CoDES 05, soucieux de proposer une offre de services au plus près des attentes des partenaires et établissements, a proposé une réorientation de ces séances et la gestion des émotions liées à nos nouveaux comportements propres au Covid-19, dans une démarche de co-construction avec notre partenaire Gap Sciences Animation 05.**

Suite à l'instauration du port du masque obligatoire pour les enfants à partir de 6 ans après les vacances de la Toussaint, et compte-tenu des nombreux questionnements suscités par ce cadre, le CoDES05 a pu proposer un accompagnement aux élèves et aux équipes éducatives des établissements scolaires, des modules d'interventions spécifiques COVID-19 « Gestes barrières et gestion des émotions ».

Nous avons proposé deux modules en milieu scolaire. Cependant, la totalité des interventions n'ont pu voir le jour durant cette année scolaire. En effet, suite à la crise sanitaire rencontrée, les interventions fixées de Mars à Juin 2020 ont dû être annulées.

Toutefois, afin d'assurer la continuité pédagogique durant les mois de confinement, l'équipe de CoDES 05 s'est mobilisée et a édité le Livret **Cap, pas cap de dire non**.

Ce document a pu être transmis aux élèves et parents via un mailing spécifique assuré par les enseignants.

Il a permis d'aborder différents sujets considérés comme incontournables par les équipes éducatives et partenaires sollicités - La gestion des émotions, l'influence du groupe, l'utilisation des réseaux sociaux et l'estime de soi.



**Financeurs**  
ARS PACA  
MILDECA

**Contacts** 📞  
Marion DORCHE

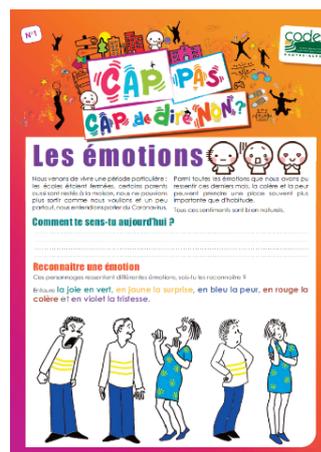
**Chiffres clés %**  
4 numéros de Cap,  
pas cap de dire non  
diffusés

**Exemples d'ateliers pratiques**  
Quiz « Quel utilisateur es-tu ? »  
Jeu de rôle pour identifier des facteurs de protection

**Partenaires** 😊  
CoDES 84  
CSAPA Sud - ANPAA  
05  
CSAPA Nord -  
Fondation Edith  
Seltzer  
DSDEN 05

### Ce qu'on en dit... 🗣️

« Bravo et merci à vous et votre équipe pour toutes ces idées, ces supports très intéressants que vous nous avez transmis ces dernières semaines. »



## « Des écrans ... Avec modération ! »

Ce programme de promotion du bon usage des écrans a été co-construit et imaginé avec le support du Centre Social de Fontreyne à Gap, et l'association Ludambule. Il a été soutenu par l'ARS PACA, dans le cadre de son Schéma Régional de Prévention.

L'usage excessif des écrans concerne plus particulièrement les jeunes. Selon le rapport 2018 du réseau CANOPE, ils seraient 75% à se connecter dès leur réveil et plus de 60% à dormir avec leurs smartphones.

Les 8-14 ans dépassent 14h de connexion par semaine sur le web.

De plus, en raison du temps passé devant les écrans, 23 % d'entre eux disent avoir rencontré, au cours de l'année écoulée, un problème avec leurs parents, 5 % avec leurs amis et 26 % à l'école.

Ainsi, parmi la population des jeunes qui a utilisé Internet au cours de la semaine écoulée, 5 à 10% pourraient présenter une pratique problématique de l'Internet, avec diverses conséquences : troubles du sommeil, fatigue oculaire, baisse des résultats scolaires, absentéisme, isolement, problème de confiance en soi, difficultés rencontrées avec les parents, selon Santé Publique France.

Selon l'OMS, Il est avéré que des comportements à risque sont plus élevés lorsque les compétences psychosociales sont peu développées.

Entre la rupture de lien avec les parents, l'usage incontrôlé des écrans, l'addiction à ces outils et les mises en danger face à Internet, l'équipe du Centre social souhaitait mettre en œuvre une action globale de sensibilisation, d'information et de prévention de ses publics pour faire prendre conscience de l'intérêt de garder le contrôle sur ces usages.

L'objectif de la démarche est de décroisonner les milieux de vie, à savoir le Centre Social, l'Ecole et le Collège.

Des temps de formation-action sont proposés en direction des équipes et professionnels socio-éducatifs du territoire, en partenariat étroit avec Ludambule, ou encore des modules de développement des compétences psychosociales par le support de techniques théâtrales, en direction des enfants du Centre Social, ainsi que des temps de restitution et de valorisation en direction des familles, pour proposer une démarche globale de promotion de la santé et du bon usage des écrans, facteur de protection, chez les familles fréquentant le Centre Social.

Compte-tenu de la crise sanitaire, et de l'impact de celle-ci sur notre activité et l'activité des partenaires associés à la démarche, l'activité sera réalisée sur l'année 2021.

**Financeurs**  
ARS PACA

**Contacts** ⓘ  
Virginie ANICET

**Chiffres clés %**  
5 partenaires locaux  
mobilisés

### Exemples d'ateliers pratiques

Utilisation de techniques théâtrales pour favoriser l'expression des expériences rencontrées par les enfants  
Expérimentation de jeux vidéos pour mieux appréhender les mécanismes utilisés par l'industrie du jeu vidéo

**Partenaires** 😊  
Centre Social de Fontreyne / Ville de Gap / Ludambule / ADELHA 05



## Programme probant « Unplugged »

Intervenir en amont des usages problématiques et développer une stratégie d'intervention précoce consiste à partager avec les autres partenaires des adolescents une culture commune. Elle aide à faire converger les actions et à repérer puis à travailler sur les fragilités psychologiques potentielles, notamment en développant les compétences psychosociales.

Le milieu scolaire fournit un environnement adapté à la mise en œuvre de programmes et à une approche universelle des adolescents, notamment des collégiens.

Parmi les programmes existants, le **programme Unplugged (programme de prévention des conduites addictives en milieu scolaire) a été évalué comme un programme efficace dans plusieurs pays d'Europe notamment en France.**

En effet, l'évaluation de l'impact du programme en France réalisée par Santé Publique France à Orléans démontre un effet protecteur sur les trois comportements de consommation recueillis, ainsi que la relation dose-effet existante en fonction du nombre de séances complètes réalisées. Cette évaluation a démontré l'efficacité à court terme du programme pour la réduction de l'expérimentation du tabac, de l'alcool et d'autres substances psychoactives.

Le programme comprend 12 séances interactives d'une heure, menées par des enseignants.

Le travail porte d'abord sur des aptitudes intra-personnelles, la confiance en soi, l'expression de soi et le respect des autres, en décryptant les attitudes positives et négatives à l'égard des produits, les influences et attentes du groupe, les croyances et la réalité sur les produits et leurs effets en ayant un œil critique (sur ce que disent les uns, la publicité...).

Puis il s'agit de développer les habiletés interpersonnelles, de communication, d'opposition, de conciliation.

Une première démarche d'implantation du programme a été entreprise sur l'année 2020, avec le support de l'ARS PACA et du Rectorat d'Aix-Marseille.

Compte-tenu de la crise sanitaire, et de l'impact de celle-ci sur notre activité et l'activité des partenaires associés à la démarche, l'activité sera réalisée sur l'année 2021.



**Financeurs**  
ARS PACA

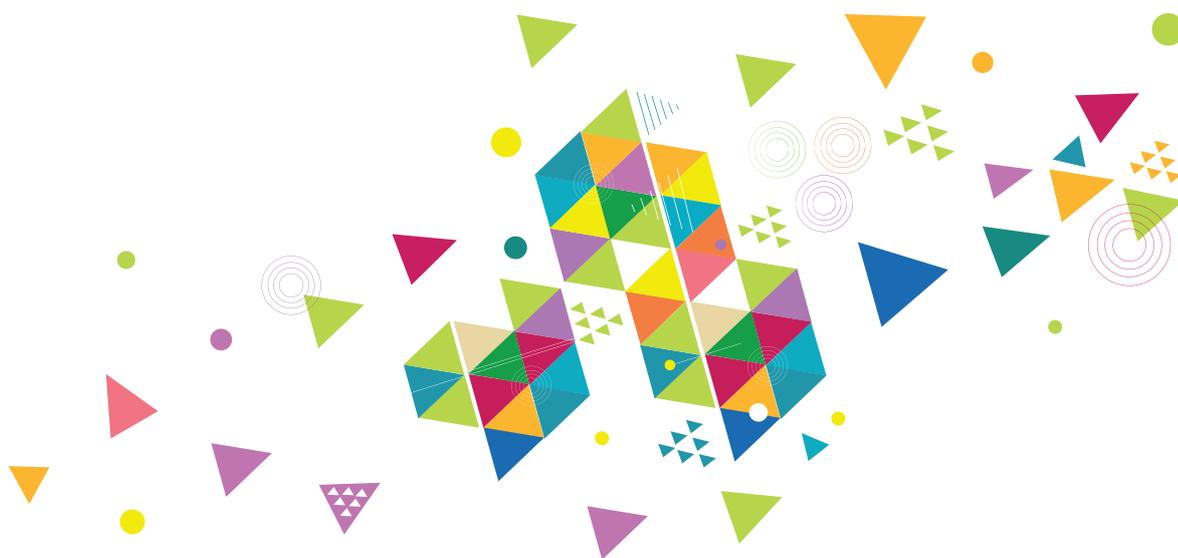
**Contacts** ⓘ  
Pascale MELOT  
Virginie ANICET  
Amandine MOTTE  
Marion DORCHE

**Chiffres clés %**  
Évalué comme efficace dans 8 pays d'Europe  
12 séquences d'1 heure  
3 collèges sur le département retenus pour l'expérimentation

**Partenaires** 😊  
Fédération Addictions / ARS PACA / Education Nationale / Addictions Méditerranée / Fondation Edith Seltzer – CSAPA Nord / Addictions France – CSAPA Sud



# Population générale



# Programme de Formation-Action "Nutrition et Précarité" avec l'extension du programme "OPTICOURSES"

La nutrition reste un déterminant majeur de la santé et constitue une porte d'entrée concrète pour travailler sur la santé globale avec des personnes en situation de vulnérabilité. Ces actions (formations, accompagnements et interventions) proposées dans le cadre de ce programme, font l'objet de nombreuses demandes de nos partenaires locaux.

Ce projet a pour objectif de former et d'accompagner les professionnels associatifs œuvrant auprès de public en situation de précarité, afin de leur donner les clés pour faciliter l'accès du public à un équilibre nutritionnel et promouvoir des habitudes de vie favorables à la santé.

Cette formation-action consiste en l'organisation et l'animation d'une formation de 3 journées, puis par la proposition d'accompagnements méthodologiques de proximité au sein des structures des stagiaires ayant participé à la formation, afin de concrétiser, sur le terrain, et au cœur des structures des programmes de promotion de la santé nutritionnelle.

Des ateliers collectifs nutrition ont été implantés et animés dans différentes structures et associations locales : CCAS d'Embrun, Epicerie solidaire « Le chemin solidaire ». Différentes thématiques en lien avec la nutrition ont pu ainsi être abordées telles que les représentations autour de l'acte alimentaire, l'équilibre nutritionnel, le budget, et la mise en place d'atelier sensoriel et atelier cuisine...

## Ce qu'on en dit... 🗨️

« Echanges entre les participants / Qualité des intervenantes / Meilleure connaissance des acteurs »

« J'ai découvert la richesse et la ressource que peut représenter le CoDES 05 dans le cadre d'animations d'ateliers »

**CoDES Hautes-Alpes**

**Formation Nutrition et Précarité**

Lundi 30 novembre, mardi 1<sup>er</sup> et 10 décembre 2020  
de 14h00 à 17h00  
en VISIOCONFERENCE

**Objectifs de la formation**

Renforcer les compétences des professionnels et bénévoles en éducation nutritionnelle adaptée aux publics en situation de précarité, et permettre aux participants de développer des actions de prévention sur cette thématique.

**Compétences visées**

A l'issue de cette formation, les participants seront en capacité de :

- ✓ S'inscrire dans une démarche d'éducation nutritionnelle avec des approches pédagogiques participatives, respectueuses et adaptées aux parcours de personnes en situation de vulnérabilité
- ✓ Appréhender et comprendre l'environnement et les déterminants de l'acte alimentaire, de la pratique d'activité physique, et leurs effets sur les comportements en matière de santé.
- ✓ Adapter les bases relatives à l'équilibre alimentaire (Plan National Nutrition Santé et repères de consommation, rythme des repas, achats...) ainsi que les recommandations en terme d'activités physiques favorables à la santé.
- ✓ Réaliser des menus équilibrés adaptés à l'approvisionnement des personnes ayant recours à l'aide alimentaire
- ✓ Identifier les moyens, les alternatives, pour accompagner les personnes en situation de précarité dans leur santé nutritionnelle
- ✓ Proposer des actions préventives pour aller plus loin dans l'action d'accompagnement des bénéficiaires

**Publics**

Personnels ou bénévoles de structures d'aide alimentaire et d'établissements d'accueil de personnes en situation de vulnérabilité sociale ; professionnels et bénévoles du champ de l'éducation pour la santé, du sanitaire, du social et de l'éducatif ; porteurs ou coordinateurs de projets de prévention, de promotion de la santé sur cette thématique.

## Financiers

ARS PACA  
Conseil Départemental  
des Hautes-Alpes

## Contacts 📞

Pascale MELOT  
Emilie VIGUIER-GAZZANIGA

## Chiffres clés %

14 professionnels mobilisés

## Partenaires 😊

Conseil Départemental  
des Hautes-Alpes Réseau  
d'éducatrices « APA »  
Réseau d'aide alimentaire  
et de solidarité - CCAS,  
Epicerie Sociale, CHRS...  
mobilisé par un appel à  
candidatures

## Exemples d'ateliers pratiques

Adaptation de la formation en format distanciel compte-tenu du contexte sanitaire

Proposition d'une offre  
« activité physique »  
proposée par une  
éducatrice « APA »

## Opticourses

Opticourses est un projet de recherche-action qui vise à contribuer à la réduction des inégalités sociales de santé par la prévention nutritionnelle.

Il combine recherche scientifique en nutrition et petit budget, avec des actions de terrain.

Le projet Opticourses s'appuie sur une démarche participative permettant aux bénéficiaires des ateliers, de contribuer à l'amélioration des outils de terrain issus de la recherche.

L'objectif étant l'amélioration des capacités d'arbitrages en situation d'achat alimentaire de personnes en précarité.

En 2020, les ateliers se sont poursuivis au sein de deux structures locales partenaires, et ont été adaptés avec le contexte de crise sanitaire.

En parallèle, des temps d'échanges et de réflexion sont poursuivis avec le réseau CRES-CoDES de la région, compte-tenu de l'envergure régionale du projet.

Ces temps d'échanges ont notamment permis d'identifier de potentielle pistes pour favoriser la participation au fil du programme « Opticourses » :

La nomination d'un référent « Opticourses » au sein de la structure, le degré d'appropriation et d'implication de la structure dans le cadre du programme, mise en place de temps d'échanges réguliers informels en amont et en aval des séances avec les référents et/ou usagers, intégration d'une dimension de convivialité pour favoriser les échanges, utiliser des supports de communication faciles à comprendre pour mieux assimiler les informations pratiques – dates des ateliers, modalités...

### Ce qu'on en dit... 🗣️

« Opticourses m'a permis de mieux comprendre comment faire mes courses et mieux choisir les aliments »



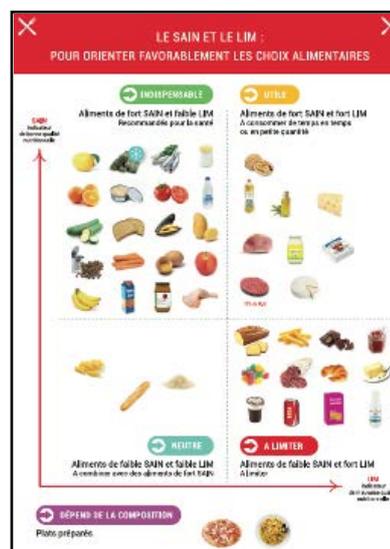
**Financiers**  
ARS PACA

**Contacts** ⓘ  
Emilie VIGUIER-GAZZANIGA

**Chiffres clés %**  
Une trentaine de professionnels mobilisés

**Exemples d'ateliers pratiques**  
Ateliers sur les groupes d'aliments  
Ateliers analyse des tickets de caisse  
Ateliers de conseils personnalisés  
Ateliers de dégustations

**Partenaires** 😊  
Réseau CRES-CoDES PACA / ARS PACA  
Equipe de recherche « Opticourses »  
Réseau départemental – Maison des Solidarités, Centres sociaux, CCAS... mobilisés par un appel à candidatures



## Santé sexuelle – Bien vivre ensemble

Programme de promotion à la vie affective, relationnelle et sexuelle en direction des publics adultes en situation de vulnérabilité sur le département des Hautes-Alpes.

L'objectif de ce projet, est de faire émerger les représentations des publics, leurs questions, mais également de développer leurs connaissances et leurs réflexions sur les relations à l'autre, le respect, l'identification de ses besoins, l'estime de soi, les émotions, le couple, le développement et le fonctionnement du corps humain, les IST, les moyens de contraception, et de faciliter le repérage des lieux et des personnes ressources.

Chaque structure partenaire ayant un projet, des besoins et des problématiques spécifiques, des temps de concertation, de réunions sont organisés avec les différentes équipes référentes concernées.

Suite à la crise sanitaire, le programme n'a pas pu être mené en intégralité dans les structures, sur cette année 2020.

Des modules de séances spécifiques adaptées au contexte sanitaire ont été organisés à partir de Mai 2020, en co-construction avec certaines structures étroitement associées au CoDES 05, dans l'objectif de répondre aux interrogations et d'interroger le vécu des publics et des usagers des structures.

Suite au partenariat institué avec les structures sociales et médico-sociales du territoire, pendant le confinement du printemps 2020, des échanges réguliers ont été réalisés avec ces structures.

Celles-ci ont souhaité bénéficier de groupes de paroles à partir du mois de Mai 2020 afin de favoriser la compréhension et l'acceptation par leur public des mesures de précaution nécessaires au sein de la structure en période d'épidémie.

Les séances organisées ont eu pour objectif d'expliquer les raisons de la mise en place des « gestes barrières », par des informations objectives sur la transmission du virus en l'état actuel des connaissances.

Des démonstrations et descriptions des différents gestes ont été réalisées.

Des temps d'échanges ont aussi été consacrés aux ressentis des participants quant à la crise sanitaire, au rôle souvent anxiogène des médias et à la nécessité de maintenir des liens sociaux pendant cette période.

### Ce qu'on en dit... 🍷

« Notre bonheur ne dépend pas des autres, il est dans notre tête. »



<b>SURVIE</b> Santé Respiration Alimentation Hydratation Évacuation sommeil Repos Reproduction Santé Respect du rythme	<b>LIBERTÉ</b> Autonomie Indépendance Émotionnelle Libre arbitre Sportivité Souveraineté  <b>RECRÉATION</b> Déplacement Détente Régénération Rasserenement Rituel	<b>RELATIONNEL</b> Appartenance Attention Compagnie Contact Empathie Intimité Partage Proximité Amour Chaleur humaine Délicatesse, tact Honnêteté Respect	<b>PARTICIPATION</b> Épanouissement Ressorts d'entraide Coopération Concertation Coaction Connexion Expression Interdépendance  <b>ACCOMPLISSEMENT</b> Pensées Besoins Création Expression Réalisation Apprentissage Spirituauté Choix projets de vie, valeurs, opinions, rêves	<b>CELEBRATION</b> Appréhension Contribution à la vie Partage des joies et peines Gratitude Reconnaissance Évaluation Deuil
<b>SECURITE</b> Confiance Honnêteté Paix Préservation temps Préservation énergie Protection Rassemblement Sécurité collective Sécurité matérielle Soutien	<b>SENS</b> Compréhension Discernement Orientation Utilité Communication Transcendance	<b>IDENTITE</b> Accord avec valeurs Affirmation de soi Confiance en soi Entree de soi Respect de soi Intégrité Authenticité Évolution		<b>LES BESOINS HUMAINS FONDA-MENTAUX</b> Santé Sécurité Appartenance Estime Actualisation

Financiers  
ARS PACA

### Contacts 📞

Virginie ANICET  
Emilie VIGUIER-GAZZANIGA

### Chiffres clés %

Cinq structures  
mobilisées  
Une cinquantaine de  
personnes sensibilisées

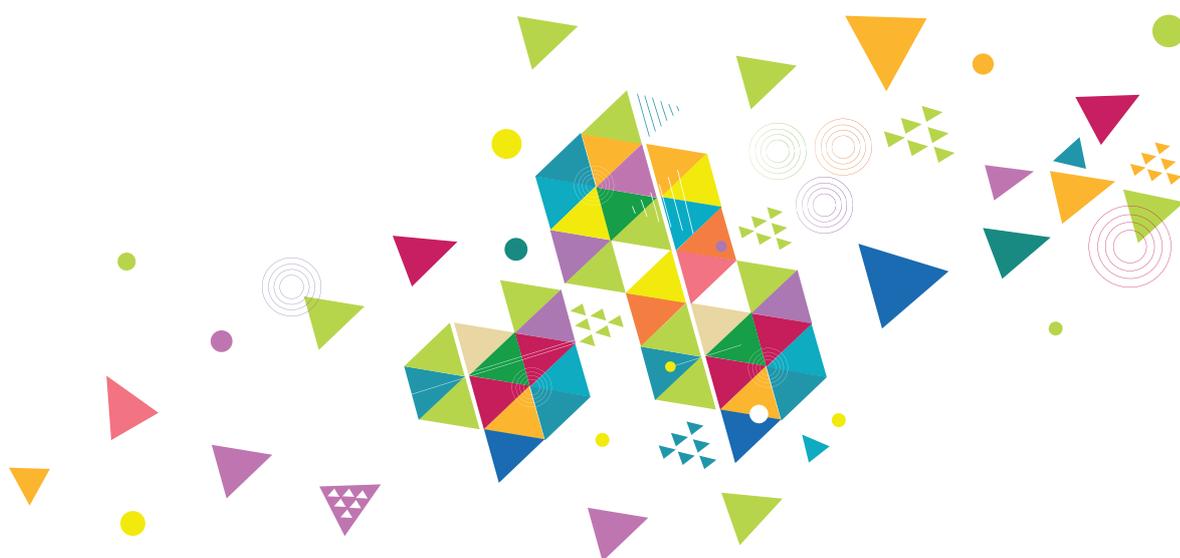
### Exemples d'ateliers pratiques

Ateliers « groupes de paroles »  
Ateliers artistiques :  
écriture  
Ateliers de création de  
panneaux, expression  
théâtrale

### Partenaires ☺

Réseau départemental -  
Maison des Solidarités,  
Centres sociaux, CCAS,  
Foyers, Associations...  
mobilisés par un appel à  
candidatures

# Précarité PRAPS



## Ateliers santé

A l'origine en 2010, ce programme a été initié par une demande de la Maison d'arrêt de Gap pour le département des Hautes-Alpes.

Il a été élaboré en collaboration étroite avec la direction de la Maison d'arrêt, le Service Pénitentiaire d'Insertion et de Probation des Hautes-Alpes, ainsi que l'Unité de Consultations et de Soins Ambulatoires, et a fait l'objet de leur validation.

L'action ne peut être réalisée au sein de la Maison d'arrêt si un partenariat étroit est maintenu entre les différents partenaires, ce qui a été le cas de 2010 à 2019.

Actuellement, les ateliers de prévention et d'éducation à la santé ont été interrompus à la Maison d'arrêt de Gap, car ils ne sont plus considérés comme prioritaires dans la planification des activités coordonnées par le Service Pénitentiaire d'Insertion et de Probation des Hautes-Alpes.

**Le CoDES 05 avec l'accord avec la Délégation Départementale des Hautes-Alpes de l'ARS PACA, et la MILDECA, partenaires financiers de cette action de promotion de la santé, a donc été contraint de réorienter le programme.**

Au cours de l'année 2020, des professionnels travaillant avec des jeunes sous-main de justice, le Centre Educatif Renforcé des Hautes-Alpes (CER) et l'Unité Educative en Milieu Ouvert (UEMO) de la PJJ ont sollicité les missions du CoDES 05, car les professionnels de ces structures étaient en demande d'interventions en prévention et promotion de la santé pour leurs publics.

Les jeunes sous-main de justice étant une des cibles du plan d'action PRAPS, il semblait pertinent de pouvoir faire bénéficier ce public de l'action soutenue ici.

**Dans cette nouvelle démarche, le programme a été engagé auprès de 2 structures, suite à des demandes de nos partenaires :**

- Le Centre Educatif Renforcé des Hautes-Alpes - CER - Groupe SOS à Aspres-sur-Buech
- L'Unité Educative en Milieu Ouvert – UEMO, de la PJJ - à Gap

Les nouvelles demandes de partenariat du CER et de l'UEMO nous ont permis de réorienter le programme de façon pertinente.

**Ces formalisations de partenariats nous permettent d'envisager de nouvelles collaborations, et de nouvelles propositions d'interventions ont été planifiées pour l'année 2021 par chacune des deux structures.**

### Financiers

ARS PACA  
MILDECA

### Contacts

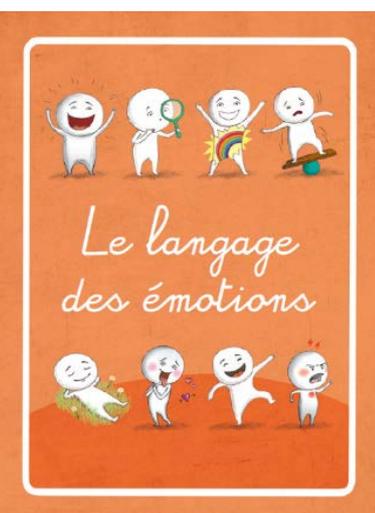
Virginie ANICET

### Chiffres clés %

12 professionnels associés  
15 jeunes sensibilisés dans le cadre du projet

### Partenaires

ARS PACA / MILDECA /  
CER d'Aspres-sur-Buech /  
UEMO de la PJJ - Gap



### Photolangage® Jeunes, prises de risques et conduites addictives

Des expériences à comprendre  
pour se construire

Sous la direction de  
Claire Bélisle et Alain Douïller



## La médiation en santé pour les personnes éloignées des systèmes de prévention et de soins

Les publics vulnérables cumulent des difficultés qui peuvent être sociales, éducatives, sanitaires, ou liées aux discriminations qui rendent complexe le recours au droit commun. Leur prise en charge nécessite donc de concilier plusieurs logiques d'intervention (santé, logement, mobilité, ressources financières, formation/emploi, environnement familial) afin de répondre à leurs besoins et d'éviter les ruptures dans leurs parcours de santé.

L'enjeu est désormais d'être capable de faire s'exprimer des besoins qui ne s'expriment plus spontanément, « d'aller vers » les bénéficiaires potentiels ou même de « rendre visibles » des personnes qui ne demandent rien par ignorance totale de leurs droits.

La médiation en santé est une action fortement soutenue par les partenaires institutionnels. À ce titre, la médiation en santé a été consacrée par la loi du 26 janvier 2016 de modernisation de notre système de santé et inscrite au code de la santé publique à l'article L. 1110-13, aux termes duquel, « La médiation sanitaire et l'interprétariat linguistique visent à améliorer l'accès aux droits, à la prévention et aux soins des personnes éloignées des systèmes de prévention et de soins, en prenant en compte leurs spécificités ».

Compte-tenu du **partenariat tissé avec la Communauté de Communes du Briançonnais, et son Service de Prévention, dans l'objectif de déployer une offre accrue de « Prévention Santé » sur ce territoire, cette expérimentation locale de « Médiation Santé » cible le territoire du Grand Briançonnais.**

Dès le mois de Novembre 2020, un travail significatif de veille documentaire et d'analyse de l'existant a été effectuée, dans le cadre de cette démarche de « Médiation Santé ».

**Cette veille a fait l'objet d'un recueil d'éléments quantitatifs** (données épidémiologiques, recherches d'actions similaires, probantes et/ou prometteuses et/ou transférables sur d'autres territoires...), permettant notamment de définir des indicateurs de santé prioritaires de notre département et du territoire ciblé ici quant à l'accès aux soins et à la prévention, et **d'éléments qualitatifs**, par une démarche de concertation d'acteurs locaux sur le territoire, et d'autres acteurs de santé publique et de médiation santé sur d'autres départements et régions.

De nombreux acteurs et partenaires locaux ont été rencontrés, dans un objectif de création et de mise en réseau, pour mieux mailler l'offre de prévention et de repérage sur le territoire du Grand Briançonnais.

Enfin, dans l'objectif d'être davantage implanté sur le territoire du Briançonnais, et d'être identifié comme un acteur ressource sur le territoire, nous nous appuyons sur ce dispositif de « Médiation Santé » pour définir et mettre en place une **antenne locale du CoDES 05** (permanences physiques, mise à disposition de ressources documentaires, partage de locaux avec d'autres partenaires et acteurs locaux...).

### Financiers

ARS PACA  
MILDECA

### Contacts 📞

Nathalie BEIL  
Virginie ANICET

### Chiffres clés %

Une vingtaine de  
partenaires locaux et  
régionaux mobilisés

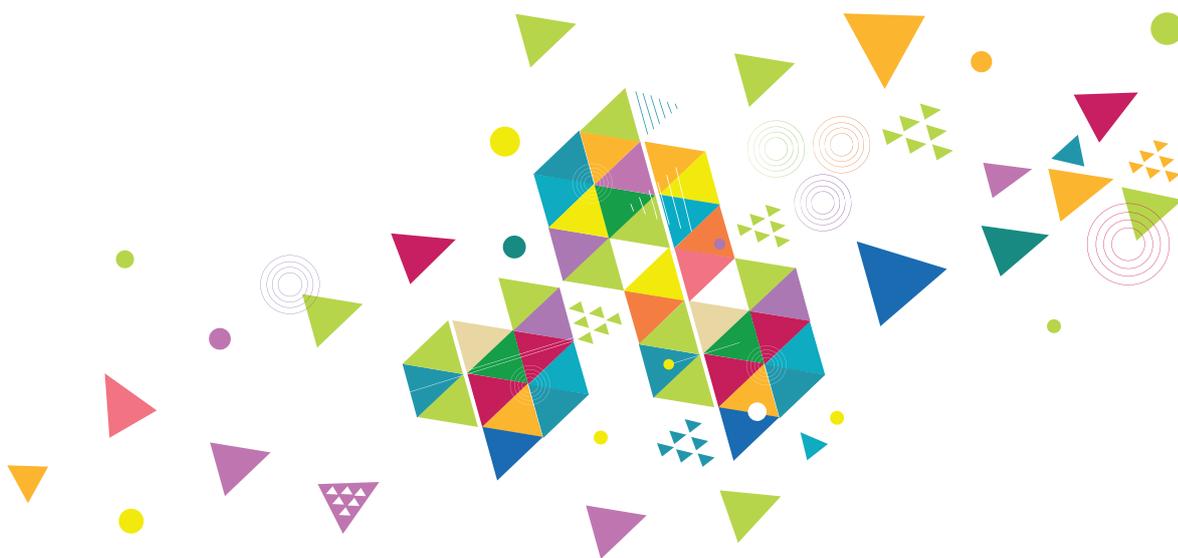
### Partenaires 😊

Communauté de  
Communes du  
Briançonnais / Service de  
Prévention du  
Briançonnais / ARS PACA /  
MILDECA / Conseil  
Départemental des  
Hautes-Alpes / CPTS  
Briançonnais / PTA 05 /  
CPAM 05 / MDA 05 /  
Fondation Edith Seltzer -  
CSAPA Nord / Médecins  
du Monde / Mutualité  
Française / ADSEA / Croix  
Rouge Française / ELSA de  
Briançon / PASS de  
Briançon / CeGIDD / SDIS  
05 / PJJ / GEST 05





# Personnes en situation de handicap



# Sexualité & Handicap

Le CoDES 05 propose depuis une quinzaine d'années, un programme d'accompagnement des personnes adolescentes et adultes en situation de handicap, vivant ou accueillies en établissements et services médico-sociaux (ESMS).

Cette action vise une approche globale en proposant des temps d'information, de professionnalisation et d'accompagnement des équipes de direction, du personnel social et éducatif, des familles, ainsi qu'auprès du public.

Parce que les leviers mobilisables peuvent être communs aux structures, les échanges de pratiques sont privilégiés dans le cadre de cette action, pour favoriser l'interconnaissance des professionnels du département des Hautes-Alpes, et le partage de ressources et bonnes pratiques, dans l'objectif d'améliorer l'accès à une vie affective, relationnelle, et sexuelle des personnes en situation de handicap.

Les groupes de paroles sont organisés et les thématiques abordées sont définies en fonction des demandes des usagers eux-mêmes ou des problématiques identifiées en amont par les équipes éducatives. Les messages et le contenu des séances de prévention sont adaptés en fonction des groupes, dans un objectif de répondre au plus près des besoins exprimés.

Ces groupes sont constitués selon les possibilités et les particularités des structures, en fonction du sexe, des âges, du niveau d'autonomie des personnes ou encore des questionnements soulevés...

Les sujets abordés sont variés, selon les demandes formulées par les équipes éducatives, ainsi que par les usagers : les sentiments, la gestion des émotions, le bien-être, le corps de la femme, le corps de l'homme, l'hygiène, l'intimité, la rencontre, le consentement, le respect de soi et de l'autre, les relations sexuelles, la contraception, ou encore la prévention contre les IST, les conduites à risques...

## Ce qu'on en dit... 📌

« Les échanges inter structures sont une richesse pour étendre sa pratique. »

« Ces rencontres permettent d'aborder des sujets « tabous » ».

## Financeurs

ARS PACA

## Contacts 📞

Virginie ANICET

Emilie VIGUIER-GAZZANIGA

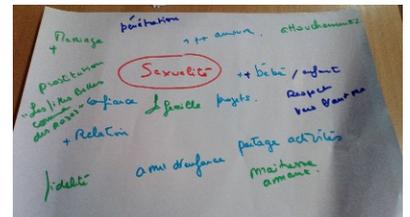
## Chiffres clés %

Quatre structures départementales mobilisées

Près de 40 personnes ont pu bénéficier du programme

## Partenaires ☺

Conseil Départemental des Hautes-Alpes  
Réseau départemental – Etablissements et services médico-sociaux... mobilisés par un appel à candidatures



## Du Je au Nous

Notre relation avec les autres



## Dépistage organisé des cancers en ESMS

En partenariat avec le Centre Régional de Coordination des Dépistages des Cancers Sud Provence-Alpes-Côte d'Azur - CRCDC, anciennement ADOC 05, ce projet s'attache à améliorer la participation au dépistage organisé - DO des cancers des personnes en situation de handicap au sein des établissements et services médico-sociaux (ESMS).

La concertation des structures du territoire et la sensibilisation des professionnels, travaillant au plus près de ce public, sont des acteurs essentiels.

En parallèle, le chargé de mission du CRCDC rencontre les médecins traitants.

Malgré les difficultés et les freins rencontrés par le public pour la réalisation des tests, l'accompagnement de proximité par les professionnels et l'organisation en intra du DO, sont de réels leviers pour la participation du public.

Des temps d'échanges et de réflexions ont été organisés avec le CRCDC Sud quant à l'identification de besoins et supports en matière de campagne organisée de dépistage organisé des cancers.

**Un groupe de travail « Promotion du dépistage des cancers 05 » a été instauré en Juillet 2020 pour développer une offre de prévention et favoriser l'adhésion et la participation des populations vieillissantes, et populations en situation de handicap, aux campagnes de dépistage.**

La prochaine campagne de « Mars Bleu 2021 » va faire l'objet d'un étroit partenariat entre les deux structures, où le CoDES 05 est identifié comme ressources en termes de mobilisation, adhésion, et communication des campagnes, en direction des publics destinataires des campagnes, dont les publics et professionnels en ESMS.

### Ce qu'on en dit... 🗣️

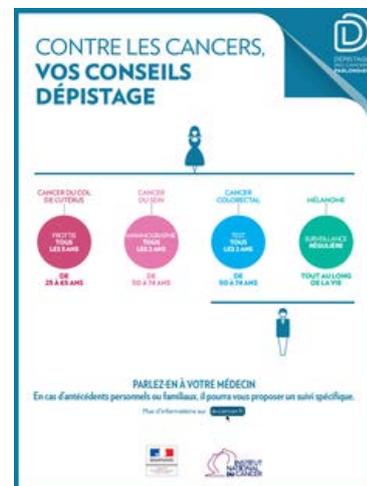
*« Il y a une vraie nécessité de faciliter l'accès au dépistage organisé des cancers pour les personnes en situation de handicap vivant en ESMS, en expliquant, en rassurant et en proposant le soutien d'un professionnel formé aux techniques de dépistage. »*

**DÉPISTAGE  
DES CANCERS**  
Centre de coordination  
**SUD Provence-Alpes-Côte d'Azur**

**Financiers**  
ARS PACA

**Contacts** 📞  
Pascale MELOT  
Alexandre NOZZI

**Partenaires** 😊  
Centre Régional de  
Coordination des  
Dépistages des Cancers  
Sud Provence-Alpes-  
Côte d'Azur – CRCDC  
Conseil Départemental  
des Hautes-Alpes  
- Etablissements et  
services médico-  
sociaux...



## TABACAP

Compte-tenu de l'expérience du CoDES 05 auprès des établissements et services médico-sociaux (ESMS), le CoDES a candidaté auprès de sa fédération, la FNES, à un appel à mobilisation pour expérimenter le programme **TABACAP** « *Prévention du tabagisme auprès des personnes en situation de handicap par le développement de leurs compétences psychosociales* ».

Le CoDES 05 a mobilisé la structure « La Chrysalide », intégrant le groupe UNAPEI 05, en tant que structure implantée en milieu péri-urbain, pour déployer l'expérimentation de TABACAP sur le département des Hautes-Alpes.

Un groupe projet a été constitué avec plusieurs professionnels de la structure, afin d'échanger sur le projet, ses objectifs, et ses modalités de déploiement au sein de l'établissement.

Le projet triennal se décline en 3 phases distinctes entre 2019 et 2021:

- Formation et accompagnement des professionnels de la structure par la co-construction/co-animation des ateliers à réaliser en direction des personnes bénéficiaires.
- Impulsion d'une dynamique de réseau
- Mise en place d'une démarche d'évaluation et de mutualisation des initiatives nationales, en vue de les généraliser en France, par la mise à disposition des productions.

Le CoDES 05 participe régulièrement aux journées nationales de suivi et de déploiement de la démarche « TABACAP » sur le territoire Français, et coordonné par la FNES.

En fin d'année 2020, compte-tenu des dynamiques enclenchées, et en accord avec la FNES, structure en charge du portage de l'expérimentation nationale, le CoDES 05 réoriente son choix de site « pilote », avec l'Etablissement « Les Buissons », localisé sur Rosans, et géré par l'ADSEA 05.



### Financiers

CNAM, via FNES

### Contacts

Virginie ANICET

### Chiffres clés %

Huit sites pilotes  
« TABACAP » en France

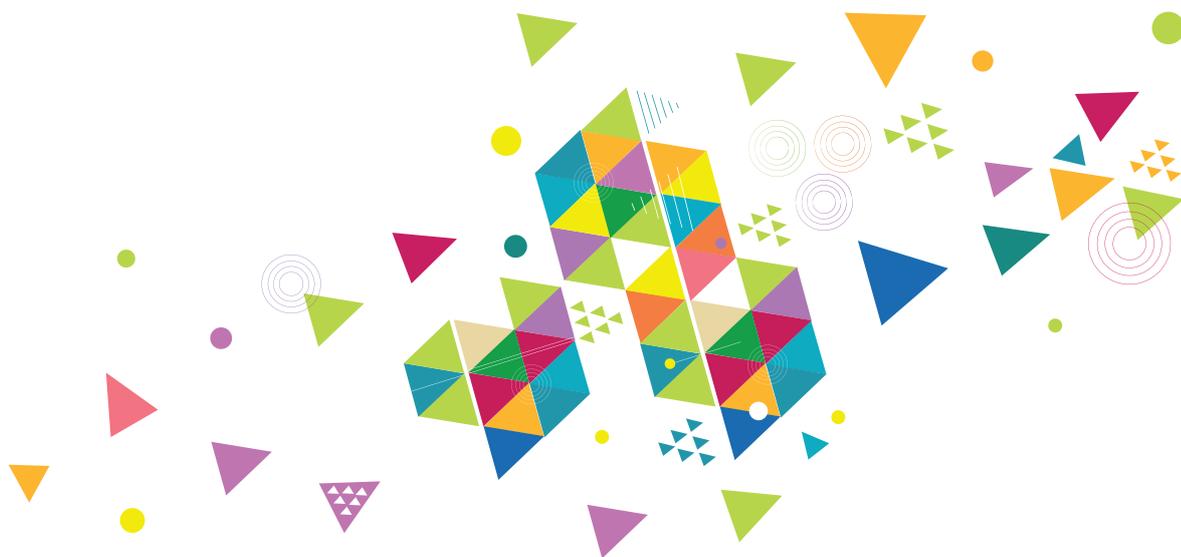
### Partenaires

FNES  
Sites pilotes de  
l'expérimentation  
nationale « TABACAP »  
Etablissement « Les  
Buissons » - ADSEA 05

PROMOTION DE LA SANTÉ ET HANDICAP  
Bibliographie sélective



# Personnes vieillissantes



# Mieux manger et mieux vivre pour bien vieillir dans les Hautes-Alpes

Cette action est à destination des personnes âgées de plus de 60 ans sur le département des Hautes-Alpes.

Elle a pour ambition de promouvoir un concept du « Bien vieillir » global à travers la mise en place d'une offre de modules d'éducation pour la santé abordant le bien-être physique et le bien-être psychique.

Pour cela, plusieurs modalités d'action sont proposées :

- Un cycle de 6 ateliers interactifs "**Nutrition Ateliers cuisine Activité physique**"
- Un cycle de 6 ateliers interactifs "**Santé et bien-être**"
- Plusieurs thématiques sont proposées : alimentation, budget alimentaire, activité physique adaptée, sommeil, vie affective, relationnelle et sexuelle, accidents de la vie courante, être bien dans sa tête...

La totalité des interventions n'ont pu voir le jour durant cette année. En effet, suite à la crise sanitaire rencontrée, et compte-tenu du type de public ciblé dans le cadre de ce projet, l'activité en présentiel a été fortement impactée.

Toutefois, afin de poursuivre une dynamique et un lien avec les seniors, bénéficiaires de ce programme, durant les mois de confinement, l'équipe de CoDES 05 s'est mobilisée et a édité **Le Temps des Cerises**.

Une fois par mois, cette parution permettait au public seniors de retrouver des dictons, des devinettes, des histoires, une recette, une activité physique à réaliser à la maison...

Au total, 3 numéros ont été réalisés.

L'ensemble des numéros est consultable sur le site internet du CoDES 05 : <https://www.codes05.org/actualites/covid-19/productions-de-lequipe/le-temps-des-cerises>

Ce programme sera réadapté sur l'année 2021, sous l'intitulé « **Agir pour bien vieillir** », projet initialement implanté chez nos collègues du CoDES 83, et nous permettant, sur cette année, le degré de transférabilité et de pertinence de cette action de prévention sur notre département.

## Ce qu'on en dit... ↴

« De bonnes idées recettes et des échanges très intéressants »

« Des moments très conviviaux qui nous ont permis d'échanger entre nous »



## Financeurs

Conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées – Crédits CNSA

## Contacts

Emilie VIGUIER-GAZZANIGA  
Virginie ANICET

## Chiffres clés %

3 numéros du Temps des Cerises

## Partenaires

Conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées des Hautes-Alpes  
Fédération départementale ADMR des Hautes-Alpes  
Associations locales ADMR



## Bien- vieillir en scène

Cette action est à destination des personnes âgées de plus de 60 ans sur le département des Hautes-Alpes.

Elle a pour ambition de promouvoir un concept du « Bien vieillir » global à travers la proposition d'une réalisation artistique et participative, à laquelle un groupe de bénéficiaires, a été identifié, sur un territoire reculé, dans une logique de réduction des inégalités territoriales d'accès à la prévention.

Malgré des efforts et démarches d'implantation de l'action sur le département des Hautes-Alpes, auprès de certains partenaires repérés, associatifs et collectivités, l'année 2020 ayant été significativement impactée par le contexte de crise sanitaire lié à la COVID-19, et compte-tenu des spécificités des publics potentiellement bénéficiaires de ces actions, davantage fragiles et impactés par la COVID-19, la mise en place effective de l'action « Bien vieillir en scène » n'a pu être assurée.

En parallèle de ces difficultés d'organisation et de réalisation, quelques points forts sont à relever :

- Développement de partenariats avec l'ACSSQ et les collectivités, via les communautés de communes.
- Renforcement d'une logique de prévention d'« aller vers ».
- Efforts significatifs d'implantation et d'essaimage de l'action, malgré le contexte sanitaire, sur l'ensemble du territoire.
- Adaptation de l'offre de prévention en direction des personnes vieillissantes, par une réflexion autour des outils et supports dématérialisés.

Ce programme se poursuivra sur d'autres territoires isolés sur cette année 2021.

Cette action sera également remodelisée et transférée dans le cadre du projet européen « PITER » au sein duquel le CoDES 05 est délégataire, et en charge de la mise en place et l'animation d'une offre de prévention auprès des publics « seniors » sur trois Communautés de Communes, à savoir le Guillestrois-Queyras, Serre-Ponçon, et l'Ubaye.



### Financeurs

Conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées – Crédits CNSA

### Contacts

Virginie ANICET

### Partenaires

Conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées des Hautes-Alpes

## Terres Monviso - Bien vieillir / Invecchiare bene



Suite au premier projet européen ALCOTRA « Star Bene Bien être » engagé par le CoDES 05 de 2011 à 2013, et fort de cette première expérience, un nouveau programme européen transfrontalier Franco-Italien est décliné actuellement sur les territoires de trois communautés de communes, à savoir la Communauté de communes de Serre-Ponçon, du Guillestrois, et de l'Ubaye, jusqu'en 2022.

La Communauté de Communes de Serre-Ponçon est le Chef de file, et le CoDES 05 est délégataire de l'axe « Bien vieillir » de ce projet, en tant qu'acteur de prévention.

L'objectif général du projet vise à améliorer la prise en charge médico-sociale des personnes les plus fragiles.

Le projet Terres Monviso vise à appréhender de façon intégrée les services médico-sociaux à la personne, afin d'accompagner le vieillissement de la population dans des conditions de bonne santé, en lui assurant qualité de vie et qualité des services.

Comme pour chaque projet destiné en direction de personnes vieillissantes, et malgré des efforts et démarches d'implantation de l'action sur le département des Hautes-Alpes, l'année 2020 ayant été significativement impactée par le contexte de crise sanitaire lié à la COVID-19, compte-tenu des spécificités des publics potentiellement bénéficiaires de ces actions, davantage fragiles et impactés par la COVID-19.

Néanmoins, les temps d'animation de réseau prévus initialement dans le cadre de ce projet ont permis d'élaborer une analyse des besoins en offre d'action sociale, médico-sociale et sanitaire des personnes âgées sur le territoire des Terres du Monviso, avec le support de la Mutualité Française.

### Les besoins prioritaires identifiés sont les suivants :

- Maintenir la mobilité des personnes le plus longtemps possible
- Adapter les logements des personnes
- Conduire et multiplier les actions de prévention et d'animation en direction des aînés
- Trois recommandations phares ont émergé de ce diagnostic :
- Mutualiser les services au niveau des communautés de communes, intercommunalités, prioriser les offres d'actions sociales et engager une démarche Ville amie des aînés.
- Structurer les services à destination des personnes âgées par pôles de compétences et favoriser la pluridisciplinarité et la transversalité
- Faire évoluer les services de santé et médico-sociaux ainsi que les offres d'hébergements

Ces recommandations nous permettent de structurer une offre de prévention, opérationnelle, à destination d'acteurs institutionnels, pour assurer le pilotage de la politique de santé et de préservation de l'autonomie sur le territoire, et à destination des acteurs associatifs, mutualistes... qui pourra être engagé auprès des personnes vieillissantes, dès l'année 2021, quand le cadre sanitaire permettra la reprise d'actions en présentiel.

### Financeurs

PITER Alcotra  
Terres Monviso

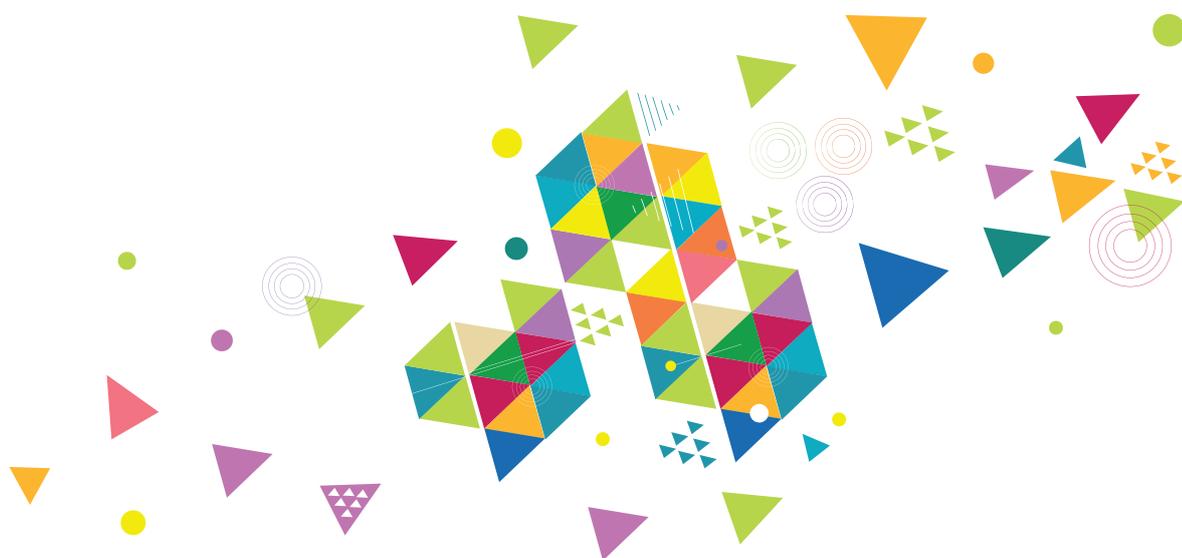
### Contacts

Pascale MELOT  
Emilie VIGUIER-GAZZANIGA

### Partenaires

Communautés de Communes de Serre-Ponçon, du Guillestrois-Queyras et de la Vallée de l'Ubaye Serre-Ponçon  
Groupement Hospitalier de Territoire - GHT des Alpes du Sud  
Gérontopôle SUD  
ARS PACA DD 05  
Conseil Départemental des Hautes Alpes – MDA –  
Conférence des financeurs  
Plateforme Territoriale d'Appui des Hautes-Alpes / DAC  
Mutualité Française SUD  
Europa développement

# Santé environnementale



## Écoutes tes oreilles !

Depuis 2015, le CRES et le GRAINE s'associent pour créer « Écoute tes oreilles », une campagne de prévention répondant à la loi de prévention des risques liés au bruit chez les jeunes et aux orientations du troisième Plan Régional Santé Environnement 2015-2021 de la région PACA.

Unique en France, cette campagne de prévention des risques auditifs et extra-auditifs auprès des pré-adolescents, promeut à sensibiliser et former pendant 5 années, 33% des collèges de la région SUD.

Le module de sensibilisation créé en 2015, dans une démarche d'amélioration continue de la qualité des actions, est actualisé et retravaillé chaque année par les acteurs du projet, à savoir les CoDES de la région, et les acteurs de l'éducation à l'environnement et développement durable – EEDD engagés.

Au fil des séances, les élèves découvrent l'utilité de l'ouïe, son fonctionnement et apprennent les postures à adopter pour limiter leurs expositions à risque.

Des méthodes interactives sont employées pour permettre aux adolescents d'inscrire dans la durée, leurs compétences et connaissances, afin de les aider à faire des choix éclairés pour la préservation de leur santé auditive.

La totalité des interventions n'ont pu voir le jour durant cette année scolaire. En effet, suite à la crise sanitaire rencontrée, les interventions fixées de Mars à Juin 2020 ont dû être annulées.

Toutefois, afin d'assurer la continuité pédagogique durant les mois de confinement, l'ensemble des structures partie prenante de ce projet régional s'est mobilisée et a édité un « **Carnet d'indices !** », à destination des élèves bénéficiaires du programme.



Financiers  
ARS PACA

Contacts ⓘ  
Marion DORCHE  
Morgane TESSIER

Chiffres clés %  
Près de 300 élèves de  
6ème et 5ème sensibilisés  
3 collèges  
départementaux mobilisés

Partenaires ☺  
Réseau CRES / CoDES  
GRAINE PACA  
GSA 05  
Inspection Académique  
Aix-Marseille  
DSDEN 05  
Réseau départemental  
des collèges, mobilisé par  
un appel à candidatures  
régional

# Ta santé, ta planète : choisis ton assiette !

**Peut-on allier plaisir, santé et respect de l'environnement dans notre alimentation ? Comment se nourrir sainement tout en préservant la planète ?**

Pour répondre à ces interrogations, le CRES et le GRAINE se sont associés aux

CoDES et aux associations d'EEDD de la région, pour y répondre.

Un travail de co-construction et d'animation d'un module de cinq séances est développé dans les lycées de la région SUD.

L'objectif du projet est dans un premier temps, de développer et renforcer les collaborations entre les acteurs de l'éducation à la santé et les acteurs de l'éducation à l'environnement et au développement durable.

Dans un deuxième temps, ce projet cherche à apporter des connaissances à des jeunes de 16 à 25 ans, afin de les rendre acteurs de leur santé et sensibles au respect de l'environnement.

Pour répondre à cet objectif, différentes thématiques en lien avec la nutrition (déterminants de l'alimentation, équilibre nutritionnel...) et l'environnement (saisonnalité, agriculture biologique, gaspillage, suremballage, circuits de proximité...) sont abordées.

Le module alterne apport de connaissances et ateliers de mise en situation.

La totalité des interventions n'ont pu voir le jour durant cette année scolaire. En effet, suite à la crise sanitaire rencontrée, les interventions fixées de Mars à Juin 2020 ont dû être annulées.

Toutefois, afin d'assurer la continuité pédagogique durant les mois de confinement, l'ensemble des structures partie prenante de ce projet régional s'est mobilisée et a édité un programme d'adaptation du programme en format dématérialisé, avec **des outils d'animation et ressources « Confinement et post-confinement »**, en direction des enseignants et infirmiers scolaires des établissements bénéficiaires de l'action.



**TRAME DES INTERVENTIONS**  
« TA SANTE, TA PLANETE : CHOISIS TON ASSIETTE ! »  
POUR LE BINÔME « ENSEIGNANT-INFIRMIER »  
Outil spécial « Confinement et post-confinement »

**SEANCE 1 : MON ALIMENTATION ET MOI : QUEL CONSOMMATEUR SUIS-JE ?**  
Cette séance d'introduction permet à chacun de s'exprimer face à un groupe sur ses habitudes alimentaires. Les représentations des jeunes sont partagées et confrontées, sans être jugées. Il est essentiel de mettre en place un cadre respectueux, bienveillant et d'échange entre les lycéens.

Cette séance a pour objectif de réfléchir sur le lien que chacun de nous entretient avec l'alimentation :

- Que représente pour moi l'alimentation ?
- Qu'est-ce qu'une alimentation respectueuse de la santé, de l'environnement, de l'Homme ?

Choisir 1 ou 2 outils pédagogiques parmi les outils ci-dessous. Les outils sont détaillés dans les pages suivantes :

- 1/ Outil N°1 : Photo-Alimentation
- 2/ Outil N°2 : Le débat mouvant ou jeu de positionnement
- 3/ Outil N°3 : Le Brainstorming
- 4/ Outil N°4 : Mon bison alimentaire
- 5/ Outil N°5 : Le portrait Chinois



## Financeurs

ARS PACA  
Conseil Régional SUD

## Contacts ☎

Amandine MOTTE

## Chiffres clés %

Près de 100 lycéens  
mobilisés et sensibilisés

## Partenaires ☺

Réseau CRES / CoDES  
GRAINE PACA  
GSA 05  
Inspection  
Académique Aix-  
Marseille  
DSDEN 05  
Réseau départemental  
des lycées, mobilisé  
par un appel à  
candidatures régional

## Exemples d'ateliers pratiques

Analyse de menus  
suivant des critères  
nutritionnels et  
environnementaux  
Décryptage  
d'emballages  
alimentaires

## Atelier de présentation dans les départements de l'outil pédagogique : Le Mouskit

Le Mouskit, kit pédagogique de lutte contre l'*Aedes albopictus* est désormais proposé sous forme de site web : [www.mouskit.org](http://www.mouskit.org) avec des contenus mis à jour en 2020.

Il a été réalisé en 2017 par le CRES et ses partenaires : ARS PACA (financier de l'outil) et ARS Occitanie, centre hospitalier du Pays d'Aix, villes d'Aix-en-Provence et de Marseille, régions académiques Occitanie et PACA, Conseil départemental du Var, CNEV, Graine Occitanie et EID Méditerranée.

L'objectif de ce kit pédagogique est d'améliorer les connaissances des 9-15 ans sur les moustiques et de promouvoir de nouveaux comportements individuels et collectifs, dans une démarche scientifique ludique.

En terme de stratégie de déploiement, cette initiative nous a permis de favoriser le rapprochement avec certains acteurs de l'éducation et de santé environnementale.

Dès la fin d'année 2019, nous avons défini un cycle de rencontres d'échanges et de réflexions avec CANOPE 05. Cette démarche a notamment permis de proposer l'offre présentée ici auprès de l'ensemble des documentalistes des collèges du département des Hautes-Alpes.

Cette démarche nous a permis également de rapprocher de notre partenaire GSA 05, pour déployer de nouveaux projets de promotion de la santé environnementale, en partenariat, et au final de concrétiser le dépôt d'un dossier « Moustiques tigres » par GSA 05, destiné à favoriser la sensibilisation des enfants et jeunes, en s'appuyant notamment des activités proposées par l'outil « Le Mouskit ». Ce projet sera déployé (co-conception, implantation, animation...) sur cette année 2021.

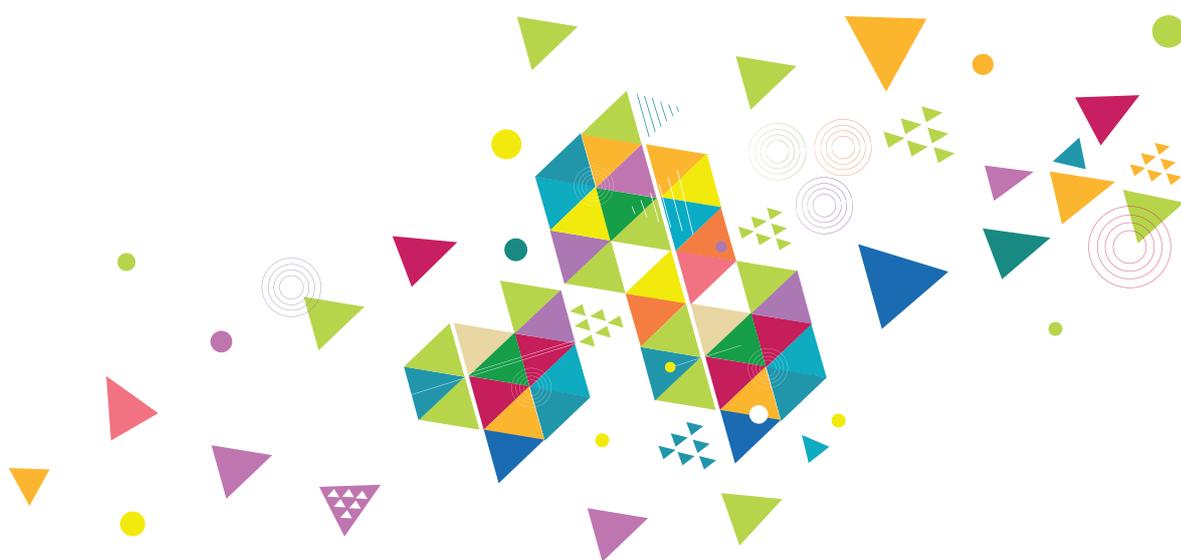


**Financiers**  
ARS PACA

**Contacts** ⓘ  
Alexandre NOZZI

**Partenaires** 😊  
Réseau CRES / CoDES  
GSA 05  
CANOPE 05

# Stands partenaires Ateliers grand public



## Stands partenaires / Ateliers grand public

Dans le cadre de ses missions de pôle documentaire départemental de ressources itinérant (prévention, information, sensibilisation...) en ciblant l'ensemble des territoires (isolés, ruraux...) du département des Hautes-Alpes, le CoDES 05 est régulièrement sollicité par ses partenaires locaux pour animer des stands et des ateliers ludo-éducatifs auprès du grand public.

Cette année, en raison du contexte de crise sanitaire, cette activité a été significativement impactée compte-tenu de l'arrêt des journées et événements « Grand Public » dès le mois de Mars 2020.

- **Animation d'un stand dans le cadre de la Journée « Bilan de santé des saisonniers », à la station des Orres- Mutualité Française SUD / GEST 05 : 14 Janvier 2020**
- **Animation d'un stand dans le cadre de la Journée « Bilan de santé des saisonniers », à la station de Super Dévoluy- Mutualité Française SUD / GEST 05 : 21 Janvier 2020**
- **Animation d'un stand et d'une mini-conférence sur l'alimentation, lors d'une journée « Avenir Jeunes 05 » - UDAF 05 : 8 Février 2020**

### Financeurs

ARS PACA  
Conseil Départemental  
des Hautes-Alpes  
Ville de Gap  
MSA Alpes Vaucluse

### Chiffres clés %

3 événements relayés  
Une cinquantaine de  
personnes touchées

### Exemples d'ateliers pratiques

Entretiens individuels  
Conseils diététiques  
Atelier des sens  
Présentation interactive  
du Pôle Documentaire  
Ressources

### Partenaires ☺

Mutualité Française SUD  
/ GEST 05 / UDAF 05

## Contacts

### CoDES 05 - Comité Départemental d'Education pour la Santé des Hautes-Alpes

6 Impasse de Bonne - 05000 Gap - 04 92 53 58 72 - codes05@codes05.org

Notre site internet : [www.codes05.org](http://www.codes05.org)

Suivez-nous sur les réseaux sociaux !

 Sur Facebook : <http://www.facebook.com/codes05/>

 Sur Twitter : [http://twitter.com/CoDES\\_05](http://twitter.com/CoDES_05)

 Sur Instagram : [http://www.instagram.com/codes\\_05/](http://www.instagram.com/codes_05/)

## Horaires

Le CoDES 05 est ouvert du lundi au jeudi de 9h00 à 12h00 et de 14h00 à 17h00, et le vendredi de 9h00 à 12h00.

## L'équipe

Pascale MELOT, Directrice	<a href="mailto:pascale.melot@codes05.org">pascale.melot@codes05.org</a>
Alexandre NOZZI, Directeur adjoint	<a href="mailto:alexandre.nozzi@codes05.org">alexandre.nozzi@codes05.org</a>
Fanny CAMPILLO Chargée de secrétariat et de comptabilité	<a href="mailto:fanny.campillo@codes05.org">fanny.campillo@codes05.org</a>
Martine COLLARD, Chargée de documentation	<a href="mailto:martine.collard@codes05.org">martine.collard@codes05.org</a>
Emilie VIGUIER-GAZZANIGA, Chargée de projets	<a href="mailto:emilie.gazzaniga@codes05.org">emilie.gazzaniga@codes05.org</a>
Amandine MOTTE, Chargée de projets	<a href="mailto:amandine.motte@codes05.org">amandine.motte@codes05.org</a>
Virginie ANICET, Chargée de projets	<a href="mailto:virginie.anicet@codes05.org">virginie.anicet@codes05.org</a>
Marion DORCHE, Chargée de projets	<a href="mailto:marion.dorche@codes05.org">marion.dorche@codes05.org</a>
Morgane TESSIER, Chargée de projets	<a href="mailto:morgane.tessier@codes05.org">morgane.tessier@codes05.org</a>
Nathalie BEIL Chargée de projets – Médiatrice santé	<a href="mailto:nathalie.beil@codes05.org">nathalie.beil@codes05.org</a>

Le CoDES 05 fait partie de la Fédération Nationale d'Education pour la Santé FNES et de l'Instance Régionale d'Education et de Promotion de la Santé, IREPS, coordonnée par le CRES PACA

# CoDES

Comité départemental d'éducation pour la santé des Hautes-Alpes

## Rapport d'activité 2020

Comité Départemental d'Education pour la Santé des Hautes-Alpes  
6 Impasse de Bonne - 05000 Gap  
04 92 53 58 72 - codes05@codes05.org  
[www.codes05.org](http://www.codes05.org)



codes  
Comité départemental  
d'éducation pour la santé  
HAUTES - ALPES