

Lettre d'information Vieillessement actif et santé au travail

Salariés du secteur de l'aide à domicile



n°3

13 novembre 2020

ÉDITO

Prendre soin de soi, et des autres

Cette troisième édition paraît au cœur de la deuxième vague de contamination de la population par le coronavirus. Au cours de la première période de confinement, le Gard était moins en tension que d'autres départements. Depuis le mois d'octobre l'ensemble du territoire français est à haut risque de circulation du virus. Cette nouvelle période nous pousse à nous recentrer, à prendre soin de nous et de nos proches.

Pour vous aider à prendre soin de votre santé, à rester serein et vous tenir informé des actualités, notre association vous propose une « Newsletter » mensuelle. Elle se lit très rapidement, il suffit de sélectionner les informations qui vous intéressent et de cliquer sur les liens.

LES ACTUALITÉS ET DOCUMENTS À CONSULTER



PRÉVENTION

Une nouvelle version du PROTOCOLE NATIONAL POUR ASSURER LA SANTÉ ET LA SÉCURITÉ DES SALARIÉS EN ENTREPRISE FACE À L'ÉPIDÉMIE DE COVID-19

Actualisé au 29 octobre 2020 - [Consulter le protocole](#)



COVID-19 : conseils et bonnes pratiques pour les salariés

Le ministère du Travail, de l'Emploi et de l'Insertion ainsi que l'Assurance Maladie Risques professionnels répondent à toutes les questions que vous vous posez au quotidien

Télécharger le [Guide salarié](#)



Vidéo : [Comment bien laver son masque en tissu ?](#)



Covid-19 grippe et virus de l'hiver « ensemble continuons d'appliquer les gestes barrières » Une vidéo de l'Assurance Maladie

[Voir la vidéo en ligne](#)

RÉGLEMENTATION



Covid-19 : le dispositif d'indemnisation des arrêts de travail des publics vulnérables

Un dispositif d'indemnisation des arrêts de travail dérogatoires pour certains publics, notamment pour les personnes fragiles, a été créé dans le cadre de la crise sanitaire du Covid-19. Seules les personnes qui se trouvent dans l'une des situations médicales suivantes pourront être aménagées et indemnisées.

Consultez le [site de l'Assurance Maladie](#)

Les outils numériques pour lutter contre la COVID-19



**Dépistage
Covid**

Tester : pour casser les chaînes de transmissions

La liste des centres de dépistage effectuant des tests virologiques (RT-PCR) est disponible sur le site Internet Sante.fr ou sur le site Internet de votre Agence régionale de santé.

Santé.fr met en ligne une carte regroupant tous les centres et lieux de prélèvement permettant de faire un dépistage du Covid-19, territoire par territoire.

Cette carte permet une recherche par géolocalisation, et donne des informations détaillées pour chaque point de dépistage : ses coordonnées, les modalités d'accès et de prise de rendez-vous, les horaires d'ouverture au public, et éventuellement des précisions sur des services particuliers.

<https://sante.fr/recherche/trouver/DepistageCovid>



Alerter : L'application « TousAntiCovid »

Elle permet de prévenir toutes les personnes qui ont été à proximité d'une personne testée positive afin qu'elles puissent s'isoler (pour ne pas transmettre le virus à leur tour si elles ont été contaminées) et être prises en charge le plus tôt possible.

⇒ Soyez alertés et alertez les autres en cas d'exposition à la [#COVID19](https://www.solidarites-santefr.gouv.fr/fr/covid-19), Vous aussi, téléchargez l'application

<https://bonjour.tousanticovid.gouv.fr/>



**#Tous
AntiCovid**



**MesConseils
Covid**

Protéger : Des conseils personnalisés pour agir contre le virus

Obtenez en 3 minutes des recommandations pour votre santé et celle de vos proches.

<https://mesconseilscovid.sante.gouv.fr/#introduction>



Arrêter de fumer : un projet qui s'accompagne / Comment arrêter?

Deux webinaires gratuits animés par deux médecins tabacologues du CHU de Toulouse :

- Le 17 novembre : Pourquoi arrêter ?
- Le 24 novembre : Comment arrêter ?

Plus d'information et inscription sur le [site Webikeo](#)

Tabac Info Service vous accompagne aussi sur le groupe Facebook d'entraide «Les Occitans @MoisSansTabac»



Vaccination contre la grippe 2020-2021 : une priorité pour les personnes à risque et les professionnels

- toutes les informations sur le [site de l'Assurance Maladie](#)
- [une vidéo](#) pour comprendre et en parler avec les bénéficiaires



Lutter contre le mal de dos

« Je souffre de lombalgie : de quoi s'agit-il et que faire ? », pour mieux comprendre son dos, et trouver des solutions pour soulager et prévenir les douleurs.

[Téléchargez la brochure](#)

En complément, découvrez l'application [Activ'Dos](#) de l'Assurance Maladie, qui vous propose des programmes personnalisés.

Je souffre de lombalgie :
de quoi s'agit-il et que faire ?

Ce livret répond aux principales questions
que vous pouvez vous poser sur le mal de dos
que l'on appelle « lombalgie »

Les sites Internet de référence

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

Qui sommes-nous ?



Le comité d'Education pour la Santé du Gard est une association loi 1901. Il a pour mission d'aider la population à choisir des modes de vie et des comportements qui préservent et améliorent la santé. Il œuvre dans le domaine de l'éducation pour la santé, dans le but que chaque citoyen acquière tout au long de sa vie les compétences et les moyens qui lui permettront de gérer sa santé et sa qualité de vie, ainsi que celle de la collectivité.

En centrant nos actions sur les déterminants de santé individuels, collectifs et environnementaux, nous tentons de développer une approche positive et globale de la santé, en complément des approches thématiques et au-delà de la prévention des maladies.

Pour tout renseignement complémentaire :

Abigail LEFEBVRE, chargée de projets

Comité Départemental d'Éducation pour la Santé du Gard

15 rue Ste Anne - 30900 NIMES

Tél. : 04.66.21.10.11

Mail : contact@codes30.org - site : www.codes30.org



Ce projet est cofinancé par le Fonds Social Européen dans le cadre du programme opérationnel national « Emploi et Inclusion » 2014-2020



Conférence des Financeurs de la Prévention de la Perte d'Autonomie des Personnes âgées du GARD



Ce projet est cofinancé par le Conseil Départemental du Gard au titre de la Conférence des Financeurs de la Prévention de la Perte d'Autonomie des Personnes Agées du Gard