

L'Actu Santé du Civraisien en Poitou



Novembre - Décembre 2024 +



Mois de la santé sexuelle



CIVRAISIEN
EN POITOU
COMMUNAUTÉ DE COMMUNES

Agenda en Santé

petite enfance

enfance

adolescents-jeunes adultes

adultes

seniors

tout âges

5 novembre
15h-19h

Don du Sang - Couhé

Prise de rendez-vous sur internet
ou au 05 49 61 57 00

12 novembre
10h-16h

Atelier Bien dans ma bulle

Mission Locale et Rurale Centre et Sud
Vienne- **Civray**
Inscription au 05 49 87 39 67

18 novembre
16h30-18h30

Les Pâtes au Beurre- Maison de la petite enfance - Gençay - 06 30 94 07 97

Pour les parents- accueil par des
psychologues et psychomotriciens

19 novembre
14h30-16h

Atelier mobilité cognitive- CIF-SP Couhé

Inscription au 05 49 37 07 78

9-10 décembre

Formation Sentinelles - Repérage précoce du risque Suicidaire - Châtelleraut

Demande d'inscription au 05 49 44 89 67

11 décembre
15h-19h

Don du Sang - Civray

Prise de rendez-vous sur internet
ou 05 49 61 57 00

du 4 novembre
au 16 décembre

Ateliers Bien vieillir - Poitiers

(alimentation, , logement, équilibre, santé
pelvi-périnéale etc..)- **Maison des
Aidants**

Inscription et plus d'info au 05 45 44 48
18

14 et 15
novembre

Atelier M'toi (travail sur l'estime de soi)

Mission Locale et Rurale Centre et Sud
Vienne - Civray
Inscription au 05 49 87 39 67

8-19 novembre
et 13-17
décembre

Permanence gratuite d'informations juridiques (droits famille, droit pénal, etc...) - CIDFF - Civray ou Couhé

plus d'info au 05 49 88 04 41

7 et 20
novembre
5 et 18
décembre
13h30-16h

Permanence Santé Mentale- Picta'bus

Parking Centre Aquatique Odä, Civray
05 49 03 10 94

Du lundi au
vendredi, de 9h
à 17h

Point santé pour les 16-25 ans

Mission locale et rurale Sud Vienne de
Civray.
05 49 91 56 83

Les jeudis
10h45-11h45

Atelier Equilibre - France Parkinson Civray. 06 47 49 30 78

Les lundis
15h45-16h45

Atelier Equilibre - France Parkinson Gençay - 06 47 49 30 78

Autres dates importantes

novembre



Mois sans tabac

Plus d'info 39 86

21 novembre à
20h

Soirée formation gestes et postures

Réservé aux assistantes maternelles
plus d'information au 06 74 98 54 20

29-30 novembre

**Le téléthon
36 37**

1 décembre

Journée Internationale de lutte contre le Sida

Plus d'info sur
www.sidaction.org/

Les rencontres en santé n°1

Le 24 septembre a eu lieu la première rencontre en Santé du Civraisien en Poitou sur Sommières du Clain. Pour cette première, la santé de la femme était à l'honneur ! Ce format de rencontre en santé aura lieu chaque année et différentes thématiques y seront abordées.

Elles sont destinées à toutes et tous, l'objectif est de "faire venir la santé" au plus près des habitants, sous des formes conviviales et ludiques.

Retour sur le dispositif "En Voiture Psymone !"

Le 8 octobre, sur le Marché de Civray, le bus d'en Voiture Psymone ! est venu à la rencontre des habitants afin de parler santé mentale. Cette venue inaugure les semaines nationales sur la santé mentale et en prévision de l'année 2025 qui sera L'ANNEE de la santé mentale.

Plus d'info : 05 79 96 01 27

Octobre Rose

Pas moins de quinze événements se sont déroulés dans plusieurs communes du territoire (Gençay, Civray, Charroux, Valence en Poitou, Chaunay), réunissant un grand nombre de participants et collectant de nombreux dons pour soutenir la lutte contre le cancer. Une belle démonstration de solidarité, rappelant à quel point la santé et la prévention sont essentielles.



Focus sur le Picta'bus

Créé en 2022, Picta'Bus offre un accompagnement mobile gratuit et confidentiel dans la Vienne pour les adolescents et les jeunes adultes, notamment 2 après-midi par mois sur le parking du centre aquatique de Civray.

L'équipe intervient dans diverses structures pour promouvoir la santé mentale et le bien-être via des ateliers collectifs ou entretiens individuels.



Leurs missions

- Accueillir
- Ecouter
- Informer
- Orienter

Liste des centres de radiographie de la Vienne et environ

DÉPISTAGE DESCANCERS

Centre de coordination
Nouvelle-Aquitaine

LOUDUN

Cabinet de Radiologie 4,
avenue de la Coopération

05 49 22 30 00

CHATELLERAULT

Centre Hospitalier
Rue du Dr Montagnier

05 49 02 90 82

CHATELLERAULT

Cabinet de Radiologie 24/26 Bd
Aristide Briand 86100

05 49 21 14 05

CHATELLERAULT

Cabinet de Radiologie 15,
rue de Verdun

05 49 93 51 38

Thouars

LOUDUN

POITIERS

Clinique Fief de Grimoire
38, rue du Fief de Grimoire
Centre d'Imagerie
Médicale 3, rue Eugène
Chevreul

05 33 00 00 33

CHATELLERAULT

POITIERS

Le Blanc

CHAUVIGNY

MONTMORILLON

05 49 83 83 04

05 49 83 83 53

Parthenay

MONTMORILLON

St Maixent

Melle

POITIERS

CHU de Poitiers - Tour
Jean Bernard

05 49 44 40 21

Bellac

CHAUVIGNY

05 49 56 47 77

Confolens

Ruffec



Vous avez la possibilité de prendre rendez-vous partout
en France Centres hors département situés à proximité

Mois de la Santé Sexuelle

La prévention en santé sexuelle a pour but de réduire les risques liés aux infections sexuellement transmissibles (IST), aux grossesses non désirées et aux violences sexuelles. Cela passe par l'éducation à la sexualité, l'utilisation de moyens de protection et de contraception, ainsi que par la réalisation de tests réguliers pour détecter les IST. Il est aussi important de sensibiliser sur le consentement, c'est-à-dire que chaque personne doit être respectée et libre dans ses choix (d'accord/pas d'accord), à tout moment. Par ailleurs le consentement doit être réciproque, sans se sentir influencé ou forcé. La prévention inclut aussi un accès aux soins médicaux et psychologiques pour que chacun, quel que soit son genre ou son orientation sexuelle, puisse se sentir soutenu et en sécurité.

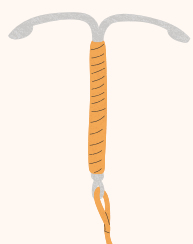
Le numéro vert "0 800 08 11 11 - Sexualités, Contraception, IVG"



Les contraceptifs



Pilule contraceptive / Préservatif masculin / Préservatif féminin / Stérilet / Implant contraceptif / Patch contraceptif / Anneau vaginal / Injection contraceptive / Contraceptifs d'urgence / Stérilisation (vasectomie/ligature des trompes)



Pour des conseils et des informations, consultez votre professionnels de santé ou le planning familial au
05 49 47 76 49

Le consentement

Le consentement doit être :

- **Donné librement** : le consentement sexuel doit être l'expression d'un choix libre et volontaire pour toutes les personnes concernées. Ne pas s'exprimer ou ne pas dire « non » ne signifie pas donner son consentement. Les personnes inconscientes ou sous l'emprise de l'alcool ou de drogues ne peuvent pas donner leur consentement. Une relation sexuelle n'est pas consentie si elle a lieu sous la contrainte ou la menace. D'autres situations peuvent empêcher une personne de donner son consentement librement, par exemple si elle n'a pas la capacité mentale de consentir ou si elle est mineure.
- **Éclairé** : une relation sexuelle n'est pas consentie si l'une des personnes ment ou dissimule délibérément certaines intentions, par exemple si elle prévoit un rapport non protégé. Forcer une personne trop ivre pour refuser une relation sexuelle à accepter certaines pratiques n'équivaut pas à l'obtention d'un consentement.
- **Spécifique** : consentir à une chose (par exemple à des baisers) n'implique pas un consentement à aller plus loin. Voici la règle à suivre : en cas de doute, arrêter et poser la question. Et si le doute persiste, arrêter.
- **Réversible** : donner son consentement une fois ne signifie pas donner son consentement pour toutes les fois suivantes. Même au milieu d'une relation sexuelle, une personne devrait être libre de s'interrompre ou de s'arrêter à tout moment et de retirer son consentement.
- **Enthousiaste** : la question n'est pas de savoir si une personne dit « non », mais si elle dit « oui » ou donne activement son consentement, de diverses manières, verbales ou non.

Une notion de consentement

Le consentement, c'est quand tout le monde est d'accord pour faire quelque chose. Vous êtes d'accord avec ça ?

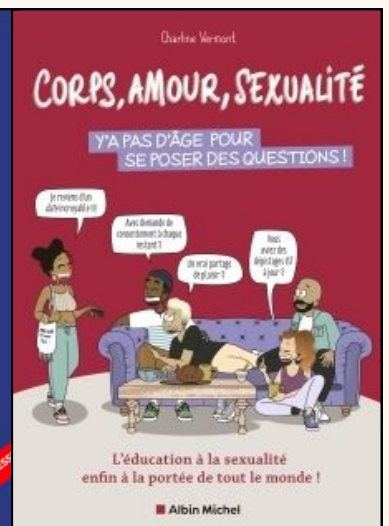
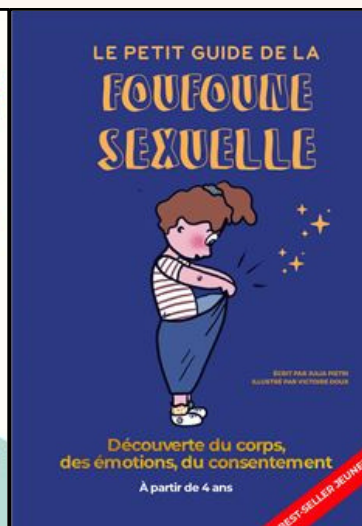
Oui, mais si quelqu'un ne dit rien, ça veut dire qu'il est d'accord ?

Non, le consentement doit être clair, on ne peut pas le supposer si quelqu'un reste silencieux. Vous voyez la différence ?

Et si quelqu'un dit oui mais change d'avis après, c'est toujours du consentement ?

Non, si la personne change d'avis, le consentement n'est plus valable. Il peut être retiré à tout moment.

Lectures saines et apprenantes pour les jeunes et les moins jeunes



Focus sur un acteur du territoire



Mélanie Magnant, Sage-Femme

Pouvez-vous nous dire où vous travaillez actuellement ?

J'exerce à la maison de santé de Gençay et à Civray, depuis 10 ans avec ma collègue, Mathilde Gros.

Quelles sont vos principales missions dans votre travail au quotidien ?

Nous intervenons dès la puberté en informant et en faisant de la prévention et du dépistage sur la santé affective, intime et sexuelle de la femme. Nous discutons aussi de contraception, ceci à tout âge chez la femme en bonne santé. Ensuite, nous accompagnons le couple pendant la grossesse, les préparons à la parentalité, et assurons le suivi post-accouchement. Nous pratiquons également la rééducation périnéale à tout âge et en post-accouchement. Nos missions principales restent le suivi et la prévention. Dès lors que nous découvrons une anomalie qui dépasse nos compétences, nous devons adresser la patiente à un gynécologue.

Menez-vous des projets de prévention dans le domaine de la santé sexuelle ? Si oui, pouvez-vous nous en dire plus ?

Avec ma collègue, nous intervenons dans les collèges et lycées pour parler de santé sexuelle, de contraception et des IST. Actuellement, Audrey mène des interventions dans le cadre d'Octobre Rose sur le cancer du sein.

Quels sont, selon vous, les plus grands défis en matière de santé sexuelle auxquels sont confrontées vos patientes aujourd'hui ?

Le principal défi reste de trouver un professionnel de santé. Nous avons énormément de demandes au cabinet. Cependant, aujourd'hui, la consultation pour les moins de 26 ans peut être anonyme et est prise en charge à 100 % par la sécurité sociale. Les préservatifs sont gratuits en pharmacie pour les moins de 26 ans et gratuits sur ordonnance au-delà. Le dépistage des IST est aussi facilement accessible en laboratoire.