Votre Lettre d'Info Santé Prévention

L'AFRET, le CLIC & ISIS vous informent...

Lettre d'information N°4 | Septembre 2023

Focus : Association Addictions France -Issoire-

Plus d'info sur le site Association Addictions France

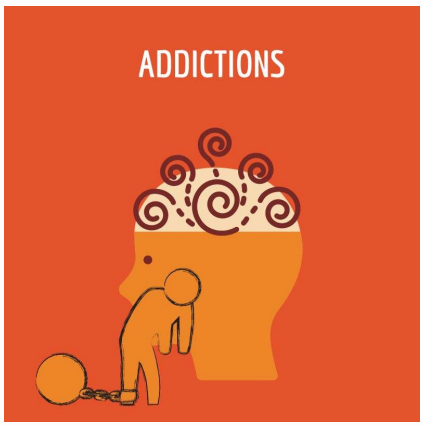
PODCAST

Témoignage de Gaëlle LEMOAL, assistante sociale. *Cliquer sur l'image ci-dessous pour écouter le podcast. 2':25"*

Qu'est-ce qu'une addiction ?

L'addiction est un mécanisme **complexe** qui implique à la fois des **facteurs biologiques, psychologiques et sociaux.** On parle d'addiction lors de **comportements compulsifs et répétitifs** qui entraînent une **dépendance physique ou psychologique à une substance ou à une activité**. En général, une addiction se développe lorsque la personne **n'est plus en mesure de contrôler sa consommation** liée à une substance ou un comportement malgré le fait qu'elle **soit consciente des conséquences négatives** sur sa vie quotidienne, sa santé et ses relations.

Au niveau biologique, les substances addictives, comme l'alcool ou les drogues, agissent sur le cerveau en **activant le système de récompense**. Elles augmentent la libération de neurotransmetteurs tels que la dopamine, qui provoquent des **sensations de plaisir et de bien-être**.



Avec le temps, le cerveau s'adapte à ces substances et devient tolérant, ce qui signifie que l'individu a besoin de doses de plus en plus élevées pour ressentir les mêmes effets.

Plusieurs niveaux de consommation

L'usage simple : consommation occasionnelle qui n'entraîne pas de dommages pour soi ou pour autrui sauf dans certains cas (accidents de la route, du travail, contrôles routiers, impact des consommations durant la grossesse…) L'usage est généralement dicté par la recherche de plaisir, de performance.
L'abus / usage nocif : consommation qui entraîne des dommages physiques, psychiques ou sociaux (environnement personnel et professionnel).
La dépendance : consommation répétée et impossible à contrôler. La personne dépendante ne peut plus se passer de consommer ou de répéter un comportement sous peine de ressentir des souffrances physiques et/ou psychiques.
La dépendance est une maladie qui nécessite une prise en charge médicale et spécialisée.
On distingue également l'usage à risques qui se situe entre l'usage simple et l'abus : Il s'agit d'usages pouvant potentiellement provoquer des complications aux niveaux somatique, psychoaffectif et/ou social, sans que celles-ci soient encore apparues comme dans le cas de l'usage nocif.

ISIS & LE COLLECTIF TRAVERSE

C'est sur le niveau d'usage à risques que le Collectif TRAVERSE (qui est porté par l'association ISIS) se positionne pour mener des actions de prévention, notamment auprès des jeunes. Lors des interventions les membres du Collectif utilisent l'outil « Compose ton cocktail de la fête ».

Plus d'infos sur le Collectif TRAVERSE

L'intérêt de l'outil est de favoriser les débats, les échanges d'idées avec les jeunes de manière ludique. Ce moment permet :

- **D'accorder aux jeunes un temps de réflexion individuel et/ou collectif sur leurs comportements.**
- **D'échanger avec des professionnels sur des prises de risques éventuelles en milieu festif.**
- **D'accéder à une information validée sur les thèmes abordés et les ressources disponibles.**

Les interventions du Collectif

Intervention au sein de la **Protection Judiciaire de la Jeunesse et de la Mission Locale d'Issoire** : **4 sessions de prévention** sur les conduites à risques, ont été menées auprès des jeunes concernés par les actions éducatives en milieu ouvert (AEMO) et dispositif de la Mission locale.
Le Collectif intervient régulièrement au sein des établissements scolaires, notamment lors de la **semaine de la santé au lycée agro-environnemental** du Breuil/couze ou au **Lycée Murat** ou encore lors du bal du **Lycée Henri Sainte-Claire Deville.** Cet outil permet d'amener les participants à se questionner sur leurs comportements, parfois à risques, adoptés lors de soirées festives. Différents thèmes sont abordés tels que l'alcool, les drogues, la sexualité, les sensations fortes…).

Comité de pilotage de la MILDECA

Récemment l'association ISIS a été convié à la préfecture de Clermont pour participer au comité de pilotage de la MILDECA qui présentait les projets retenus en matière de prévention des addictions.

Lire la suite…

Jeux d'argent et de hasard

Depuis plus de trois ans, ISIS, accompagnée de son président (médecin addictologue) travaille sur un **projet de prévention sur les jeux d'argent et de hasard**. 190 jeunes âgés de 13 à 17 ans issus du département du Puy de dôme ont répondu à notre sondage en ligne sur leurs conduites et pratiques des jeux. Les réponses obtenues confortent les données nationales. La problématique des activités de jeux d'argent et de hasard chez les adolescents est réelle puisque **plus d'un jeune sur deux a déjà joué à ce type de jeu malgré la limitation d'âge.** Il semble donc pertinent de proposer des interventions de **prévention** concernant les **pratiques addictives aux jeux**. Ces actions vont enfin voir le jour grâce au financement que nous avons obtenu, en réponse à un appel à projet lancé par l'**ARS AURA**.

LES PROJETS DE L'AFRET

Association pour la Formation et la Recherche en Éducation Thérapeutique

L'AFRET propose un Programme d'ETP validé par l'Agence Régionale de Santé en 2012, qui se décline en quatre thématiques

- **Diabète**
- **Obésité**
- **Maladies du coeur et des artères**
- **Broncho-pneumopathie chronique obstructive (BPCO)**

Chacune est traitée sous forme d'ateliers collectifs ludiques, organisés les jeudis après-midi, sur 5 à 7 semaines.

Ses missions vont bien au-delà de l'éducation thérapeutique pour s'étendre dans le champ de la prévention.

"Journée de dépistage du souffle ! "

organisée par L'AFRET

19 OCTOBRE 2023 / 12H-19H

- LA HALLE AUX GRAINS - Issoire

Les patients atteints de pathologies pulmonaires sont largement sous diagnostiqués et leur prise en charge en est altérée (une personne sur

6 à des difficultés respiratoires selon la fondation du souffle). Malheureusement ce retard de dépistage et de prise en charge a souvent des conséquences directes sur l'évolution de la santé des patients et leur qualité de vie.

Dépister pour débuter une prise en charge, voilà notre souhait pour cette journée !

En bref :

Après avoir rempli un questionnaire qui vous suivra tout au long du parcours, votre souffle sera testé par un médecin spécialisé, un bilan sera établi pour envisager la suite.

Présence de différents stands de prévention animés par des professionnels.
Cette pluridisciplinarité permet une approche globale de la santé.

Les stands présents

- Gestion du stress : sophrologie et qi gong
- Alimentation / diététique
- Prévention de la précarité sociale : droits sociaux
- Prévention & vaccination
- Éducation Thérapeutique du Patient : découverte de la BPCO
- Association de patients
- Activité physique : Bouger, petit pas, petit pas
- Aide au sevrage tabagique
- Prévention de la précarité dentaire
- Podologie : prendre soin de ses pieds

LES INFOS DU CLIC

La santé orale des séniors !

Formation le 13 Oct. 2023 "La santé orale des personnes âgées à domicile"

La santé orale des personnes âgées est primordiale pour préserver leur qualité de vie. C'est pourquoi, le CLIC d'Issoire organise le 13 octobre prochain, en partenariat avec le Centre de Formation des Professionnels de Santé de Clermont-Ferrand, une formation intitulée : « **La santé orale des personnes âgées à domicile : le rôle essentiel des professionnels au domicile** ». Cette formation est proposée à

l'ensemble des professionnels intervenant dans le champ de l'autonomie, sur le territoire Issoire Bassin Montagne.
Dans cette formation, il sera possible de découvrir comment les professionnels qui interviennent au domicile (aides à domicile, aides-soignants, assistants de soins en gérontologie, évaluateurs en gérontologie…), jouent un rôle clé dans la prévention des problèmes bucco-dentaires. Les stagiaires acquerront les compétences nécessaires pour repérer les signaux d'alerte, orienter et améliorer la santé globale des personnes âgées et le cas échéant, offrir des soins de santé orale adaptés. La formation est entièrement financée dans le cadre de l'Espace Ressources pour les Métiers de l'Autonomie.

C'est la rentrée pour tout le monde !

Le CLIC d'Issoire relance à compter de fin septembre ses ateliers **Alimentaire Mon Cher Watson** sur les communes de Champeix et Parentignat.
Nous vous proposons de mener l'enquête avec des professionnels experts de la nutrition et de l'activité physique adaptée pour allier plaisir et santé et ainsi rester en forme après 60 ans ! Cet atelier se déroulera dans la convivialité avec des temps d'échange et de partage de connaissances. Un repas partagé clôturera les 8 séances dans la bonne humeur !

Le CLIC d'Issoire poursuit également le déploiement de ses **ateliers numériques** sur Murol pour des débutants et Champeix pour des personnes déjà initiées.

D'autres ateliers santé et de prévention (activité physique adaptée, adaptation du logement, sophrologie, numérique…) sont à venir à partir septembre.
Contactez-nous !

Information et inscription au CLIC
prevention@coordination-issoire.fr ou **04 73 89 67 38**

Retrouver en ligne l'actualité sur les actions de prévention santé des séniors du territoire sur sur :
http://prevention.clic-issoire.fr/
OU
Flasher le QR-code

SITE INTERNET

Association pour la Recherche et la Formation en Éducation Thérapeutique

16, Route de Saint Germain
63500 ISSOIRE
07 82 12 02 42
afret.issoire@gmail.com

SITE INTERNET

Centre Local d'Information et de Coordination Gérontologique d'Issoire

11, Rue d'Espagnon
63500 ISSOIRE
04 73 89 67 38
secretariat@coordination-issoire.fr

SITE INTERNET

Association Issoire Santé Insertion Social

HLM La Safournière
BAT 5 APPT 512
63500 ISSOIRE
04 73 89 17 13
isis63@orange.fr

Cet email a été envoyé à {{contact.EMAIL}}
Vous l'avez reçu car vous êtes inscrit à notre newsletter.

Se désinscrire

Envoyé avec Brevo