



La Gazette Santé du Pays du Ruffécois

SOMMAIRE

1 - Juin vert - dépistage organisé du cancer du col de l'utérus

2 - Le soleil

3 - Mon Espace Santé

4 - Qualité de l'air dans les écoles

5 - Habitat Inclusif à Aussac Vadalle

6 - Roc Fleuri et MSP de Villefagnan

7 - CPTS : les actus

Quelques dates :

10/07 : COTECH du CLS du Pays du Ruffécois

Du 19/06 au 30/07 : retrouvez l'exposition Ambroisie au CH de Ruffec

De Septembre à novembre : Atelier "Aidant, votre santé parlons-en !" à Villefagnan (*plus d'information au 06 86 21 63 74*)

20/09 : Spectacle Cabaret sur la prévention de l'AVC et sa résilience - 16h à Mansle-les-Fontaines, salle Gautier Capuçon

1 - Juin Vert : dépistage organisé du cancer du col de l'utérus

➤ Principalement causé par une infection persistante par des papillomavirus humains HPV à haut risque & transmissibles sexuellement.

➤ Evitable grâce à la vaccination anti-HPV (fille et garçon de 11 à 19 ans) et au dépistage.



Le dépistage est proposé à toutes les femmes âgées de **25 à 65 ans**, sauf indication contraire.

Entre 25 et 29 ans : frottis (examen indolore réalisé par une sage-femme, un gynécologue, un médecin généraliste...) Les 2 premiers sont à effectuer à 1 an d'intervalle ; si les résultats sont normaux, un frottis est ensuite recommandé tous les 3 ans.

Entre 30 et 65 ans : test de détection des virus HPV à haut risque privilégié. Ce test est réalisé 3 ans après le dernier frottis normal, puis tous les 5 ans si les résultats sont négatifs.

Depuis 2024, la caisse d'assurance maladie envoie des invitations aux patientes n'ayant pas réalisé le dépistage dans les délais recommandés.

➤ Prise en charge à 100 % de l'analyse du prélèvement en renseignant la case « Dépistage organisé » sur la fiche de demande d'examen. Par ailleurs, les médecins traitants reçoivent (via ameli Pro) la liste de leurs patientes n'ayant pas effectué le dépistage.

Plus d'info en cliquant [ici](#).

Par Laro AMET, CPAM et Clarisse DARGENT, PETR

Vous souhaitez partager une actualité ?

Contactez notre
Chargée de mission Santé
sante@petr-ruffecois.fr
Tél : 06.44.95.04.30

2 - Le soleil : bien se protéger, c'est préserver sa santé

Le soleil est indispensable à notre moral et à la synthèse de la vitamine D. Mais une exposition mal maîtrisée ou excessive aux rayons ultraviolets (UV), d'origine naturelle ou artificielle, peut avoir de graves conséquences sur la santé :

- À court terme : coups de soleil, inflammations de la cornée, insolation, allergies, réactions avec certains parfums - déodorants - médicaments, etc.
- À long terme : vieillissement prématuré de la peau, lésions oculaires et risque de développer un cancer de la peau, notamment des mélanomes, formes les plus graves.

Les enfants sont particulièrement vulnérables : leur peau, plus fine, n'a pas encore la capacité de réparation suffisante. Les coups de soleil durant l'enfance multiplient le risque de **cancer cutané** à l'âge adulte. Chaque année en France, on recense plus de 80 000 nouveaux cas de cancers de la peau et près de 1 800 décès.

Les bons réflexes pour se protéger :

- Évitez le soleil entre 12h et 16h (les UV y sont les plus intenses).
- Cherchez l'ombre et portez des vêtements couvrants et des lunettes de soleil (norme CE).
- Appliquez une crème solaire indice 50 toutes les 2h et après chaque baignade.
- N'exposez jamais les bébés directement au soleil et limitez l'exposition des jeunes enfants.

Attention : les cabines à UV, souvent perçues à tort comme "préparant la peau", sont reconnues cancérogènes.

La Ligue Contre le Cancer (16) mène des actions de prévention solaire dans les écoles, centres de loisirs, etc. Pour les contacter : cliquez ici.

Par Clarisse DARGENT - PETR du Pays du Ruffécois

3 - Mon Espace Santé

Lancé il y a 3 ans, Mon espace santé est devenu le **carnet de santé numérique** de référence en France (site internet et application mobile.)

Pourquoi l'utiliser ?

- Simple et pratique : **Centralisez tous vos documents médicaux** en un seul endroit sécurisé,
- Partage facilité : **Partagez vos informations de santé avec vos médecins** pour un meilleur suivi,
- **Gratuit** : accessible à tous les assurés
- Hautement **sécurisé** : Vos données sont hébergées en France avec un contrôle total sur qui y a accès.

Au cours de l'année 2024, 2/3 des français ont reçu au moins un document de santé dans leur Espace Santé (comptes-rendus de biologie, d'imagerie, de consultation, d'hospitalisation, prescriptions...)



Des fonctionnalités utiles au quotidien :

- Un **agenda** qui vous rappelle vos rendez-vous médicaux importants,
- Des **rappels de vaccination** pour vous et vos enfants,
- Des conseils de **prévention** personnalisés selon votre âge et votre profil,
- Un **profil médical** où indiquer vos antécédents, allergies et traitements,
- Un espace sécurisé pour désigner votre personne de confiance, intégrer vos **directives anticipées**,
- Accès à de **nombreuses applications** de santé de confiance (prise de rendez-vous, suivi de maladies chroniques...).

Votre dossier existe déjà, il n'attend que vous pour l'activer et devenir un véritable allié de parcours de soins !

Par Bruno VALLADE, CPAM 16



4 - Zoom sur le projet "Qualité de l'air intérieur dans les écoles"

Dans le cadre d'un projet autour de la qualité de l'air intérieur dans les écoles mené depuis 2021, le CH Angoulême a accompagné le Pays du Ruffécois en 2025 grâce au soutien de la CPAM.

Laura Isidoro, Chargée de santé publique et Isabelle Blanquart, Conseillère médicale en environnement intérieur, ont réalisé dans une école du territoire :

- des mesures de dioxyde de carbone, de chaleur et d'humidité
- une analyse des produits de ménage utilisés.

A noter : une réflexion avait déjà été réalisée par les agents pour diminuer les références lors du ménage, souvent source d'erreur ou de mésusage.



Les relevés ont montré, comme c'est souvent le cas, que le taux de dioxyde de carbone 30min après l'entrée des élèves peut être déjà élevé. Les aérations aux récréations ne sont pas suffisantes. Dans ce cas, test à l'appui, nous observons qu'avec les fenêtres entre ouvertes en opposition en 2min le taux revient à la norme. Le taux de dioxyde de carbone observé n'est pas dangereux pour la santé, mais crée un inconfort pour le travail au quotidien : maux de tête, fatigue, baisse de concentration, ...

De plus, une sensibilisation de 2h à destination d'une trentaine d'agents et élus de Cœur de Charente a eu lieu. Ce moment d'échanges a été l'occasion de faire le point sur les polluants présents dans notre environnement et de trouver des solutions simples et réalisables pour les diminuer.



 isabelle.blanquart@ch-angouleme.fr

[L'école de l'Asthme vous présente son projet sur la qualité de l'air dans les écoles de Charente](#) 

[Projet qualité de l'air intérieur dans les écoles de Charente | RCF Charente](#) 

Par Laura ISIDORO, GHT de la Charente

5 - Résidence du Verger - Habitat Inclusif à Aussac-Vadalle



Logement adapté - Espace partagé - Activités

L'**habitat inclusif** est un **logement ordinaire, adapté** aux besoins des personnes (y compris a mobilité réduite), dans un environnement partagé et aménagé pour permettre la **vie individuelle** de chaque habitant **et le « vivre ensemble »**, à l'intérieur comme à l'extérieur du logement.

La municipalité d'Aussac-Vadalle a réalisé une **résidence inclusive**, composée de 4 appartements T2 de 43,44m² destinés aux **seniors (+ 65 ans) autonomes**, éligibles aux logements sociaux.



Une petite animation est prévue chaque jour et un ensemble de services de base confère à ce projet une dimension sécuritaire et un accompagnement au quotidien.

Entre le verger communal d'espèces anciennes et le parc de loisirs, la résidence du Verger est un petit cocon où les seniors trouveront à leur convenance calme, repos ou partage d'activités nombreuses et variées.

Le loyer mensuel est de 344 € hors APL et la prévision de charge (eau froide, ordures ménagères et espace partagé) est de 65 €.

Renseignements : Mairie d'Aussac-Vadalle

 05 45 20 61 60

 mairie@aussac-vadalle.fr

Par Gérard LIOT, maire d'Aussac Vadalle

6 - De la formation à l'action : un projet au service des usagers de la MSP de Villefagnan

Lizéa ROUSSEAU, étudiante en BTSA - Lycée Roc-Fleuri :
"Quand les patients de la Maison de Santé prennent la parole à Villefagnan."



"Un projet, des patients et des professionnels de santé, c'est tout ce qu'il m'a fallu pour réaliser ma mission à la Maison de Santé Pluri-professionnelle de Villefagnan.

Durant deux ans de formation en BTSA Développement Animation des Territoires Ruraux au Lycée Roc Fleuri de Ruffec, j'ai eu l'opportunité d'effectuer un stage de 3 mois à la Maison de Santé Pluri-professionnelle de Villefagnan, réparti sur plusieurs périodes. Mon projet : travailler sur l'implication des usagers.



Dès février 2024, j'ai découvert les enjeux du projet de santé avec l'équipe de professionnels. Après deux semaines de prise en main (analyse du Projet de Santé, étude des cadres juridiques et de l'Accord Conventionnel Interprofessionnel), j'ai établi un diagnostic de la structure et proposé de consulter les patients.

A mon retour en Juin, j'ai conçu un questionnaire de satisfaction autour de thèmes comme l'accueil ou les prises de rendez-vous.

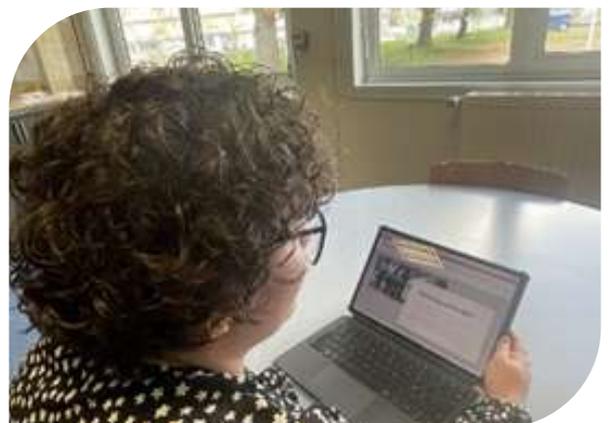
L'enquête a été diffusée pendant 5 mois, et en novembre, de retour en stage, j'ai analysé les 108 réponses collectées et présenté les résultats en réunion d'équipe.

Pour tenir compte des attentes des patients, j'ai proposé deux actions concrètes : créer un site Internet pour la MSP et une boîte à idées à la disposition des usagers. J'ai réalisé des prototypes et étudié leur faisabilité. Les dernières semaines ont permis d'ajuster ces outils et de mettre en ligne le site Internet : <https://www.maisondesante-villefagnan.fr>



Mon stage s'est conclu sur un défi solidaire pour attirer de nouveaux professionnels de santé, réalisé en mars, durant lequel j'ai géré toute la communication de l'évènement, qui a connu un bel écho médiatique. Une excellente manière de clôturer une expérience enrichissante, à la croisée de la santé et de la communication.

Par Lizéa ROUSSEAU - étudiante Roc Fleuri



7 - CPTS : les actus



Sensibilisation et prévention : un buste pédagogique

Dans le cadre de ses actions de sensibilisation, la CPTS s'est récemment doté d'un buste pédagogique afin d'animer des ateliers d'autopalpation.

Cette initiative vise à **informer et sensibiliser** le public à l'importance du dépistage précoce.



Grâce à cet outil interactif, les usagers auront l'opportunité d'échanger et de recevoir des conseils adaptés de la part des professionnels de santé. Ces ateliers sont conçus pour favoriser une meilleure connaissance des gestes d'autopalpation et encourager des démarches préventives.

Cette mise à disposition est entièrement gratuite et sans contrepartie financière. N'hésitez pas à nous solliciter pour toute information complémentaire !

Label "Espace sans tabac" : engagement fort pour la santé



Dans le cadre de la lutte contre le tabagisme et de la prévention des maladies liées au tabac, la Ligue contre le Cancer a mis en place le label officiel "Espace sans tabac". Destiné aux espaces extérieurs des lieux publics, ce label symbolise une volonté forte d'œuvrer pour un environnement plus sain, protégé par un arrêté municipal.

la Maison de Santé Pluridisciplinaire d'Aunac, appartenant à la Communauté de Communes Cœur de Charente, a récemment franchi une étape importante dans son processus de labellisation, avec l'inauguration officielle des plaques le 15 mai dernier.

Cette avancée vers un environnement sans tabac s'inscrit dans une dynamique visant à étendre cette initiative aux Maisons de Santé de Mansle-Luxé, Aigre et au Pôle de Santé de Saint-Amant-de-Boixe.

En mettant en place ces espaces sans tabac, ces établissements de santé s'engagent activement dans la prévention et la sensibilisation, contribuant à la réduction des risques liés au tabagisme.

Si vous souhaitez faire labelliser un espace public (école, terrain sportif, parc,...), contactez Clarisse DARGENT, chargée de mission santé au PETR du Pays du Ruffécois, qui pourra vous accompagner dans cette démarche.

Organisé par l'association Marathon de Parole

Cabaret

LE SHOW CONTINUE... QUOI QU'IL ARRIVE !

Gratuit

20 SEPTEMBRE 2025 | 16H00

un spectacle sur la prévention de l'AVC et sa résilience

MANSLE (16) - salle Gautier Capuçon

Réservation recommandée au : 09 72 19 55 15 ou via ce Qr code

⚠ Nouvelle adresse ⚠

CPTS* Charente Terre du Milieu

*Communauté Professionnelle Territoriale de Santé

📍 19 boulevard Gambetta 📍

16230 MANSLE LES FONTAINES

☎ 09.72.19.55.15 ✉ contact@cpts-tdm16.fr

Par Stéphanie TUILLIÈRE
Administration de la CPTS Charente Terre du Milieu

CTPS Vallées du Nord Charente :

