



Numéro 72 Octobre 2021

CLPS

Centre Local de Promotion de la Santé Charleroi Thuin
Association Sans But Lucratif



Nous avons le plaisir de vous proposer notre newsletter du mois d'octobre. Depuis sa création, nous l'avons conçue avec l'objectif d'en faire un véritable outil d'échanges, de partages d'expériences, de réflexion et de mise en valeur de pratiques de promotion de la santé. Comme pour beaucoup de personnes, le quotidien des communes est actuellement centré sur la gestion, au niveau local, de l'épidémie de Coronavirus. Beaucoup d'informations circulent et nous vous rappelons deux sites que vous pouvez consulter régulièrement au niveau fédéral : <https://www.info-coronavirus.be/fr/> ainsi qu'au niveau wallon : <https://www.aviq.be/coronavirus.html>



Baromètre Confiance et Bien-Etre - Edition Spéciale Coronavirus - Solidaris

Echantillon : 917 Belges Francophones représentatifs de la population en fédération Wallonie/Bruxelles ont été interrogés, par internet et par téléphone, entre le 18 mai 2020 et le 4 juin 2021, à trois reprises : en mai 2020, en septembre 2020 et en mai 2021.

Sentiments ressentis :

Question posée : quand vous pensez à la situation actuelle de pandémie, dans quelle mesure vous éprouvez chacun des sentiments suivants : de la colère, de l'espoir, de la peur, de l'épuisement, de la lassitude, du désespoir.

Analyse des réponses : montée à plus de 50% en septembre, la colère a un peu diminué mais il n'en demeure pas moins que 45% des personnes la ressentent. Pour l'espoir, on monte à 62% qui l'expriment, un niveau similaire à mai après des résultats en septembre moins positifs. La peur a continué à reculer de 45% puis 41% à 33% aujourd'hui. L'épuisement touche une personne sur 2, comme en septembre alors qu'en mai 2020 on était à 41%. La lassitude se maintient haut, à 62% (52% mai 2020 et 66% septembre 2020). Le désespoir touche toujours 3 personnes sur 10 ce qui est relativement stable sur les 3 périodes d'analyse. Au niveau des profils et des évolutions en leur sein, on retiendra que ; La colère se maintient à 50% des moins de 40 ans qu'elle diminue pour les deux autres tranches. Le groupe social est corrélé avec ce sentiment : au plus on descend dans les couches populaires, au plus la colère est là (40% chez les aisés à 53% chez les populaires). Par rapport à septembre, la colère baisse particulièrement pour les couches moyennes supérieures. Concernant l'espoir, il grandit avec l'âge et on l'observe à chaque mesure. A noter que pour les jeunes l'espoir progresse à nouveau aussi par rapport à septembre ce qui contrebalance un peu avec la colère qui se maintient. Néanmoins un jeune sur 3 n'a pas d'espoir (1/4 en mai 2020 et près de 4/10 en septembre) Si l'épuisement progressait en septembre pour tout le monde. Sa « stabilité » en mai 2021 masque de réelles différences : on monte à 58% des femmes (+ 4 pts Vs septembre) contre 44% des hommes. On monte à 63% des moins de 40 ans (+7 pts Vs septembre) contre 1 40/59 ans sur deux et un peu plus d'1/3 des 60 ans et plus (pour qui c'est respectivement en léger recul ou stable). Sur les groupes sociaux le sentiment d'épuisement s'est comporté différemment à chaque vague : en mai 2020, plus on descendait dans les couches sociales, plus il était présent (35% des GS aisés contre 53% des populaires) ; en septembre 2020 on était plus ou moins à 50% dans toutes les couches sociales. ; en mai 2021 les GS des extrémités sont les plus touchées et en progression par rapport à septembre (54% pour les aisés et 60% pour les précaires). On observe certaines

tendances semblables à l'épuisement pour la lassitude, à savoir que ça continue de progresser pour les femmes, ça reste plus haut pour les plus jeunes et ce sont les GS des extrémités (aisés et populaires) qui sont les plus hauts (mais ça progresse uniquement pour les GS1&2). Concernant le désespoir, la différence homme/femme s'amplifie (26% d'entre eux contre 35% d'entre elles). En lien avec les chiffres sur l'espoir, c'est sur la tranche des moins de 40 ans que le désespoir gagne du terrain (près de 4 sur 10 contre moins de 3 sur 10 pour 40 ans et plus). Si les GS7/8 sont celles qui ressentent le plus ce sentiment sur les 3 vagues (4 sur 10), c'est au sein des GS1/2 que la progression est plus marquée.

[Télécharger](#)

Santé mentale et Lien social

Cette année encore, la Semaine de la santé mentale ne pouvait faire l'impasse sur le contexte et la situation inédite que nous vivons depuis plus d'un an. Pendant plusieurs mois, nous avons été privés de nos liens sociaux habituels. Or, notre capacité à créer du lien et à nous inscrire dans des relations sociales joue certainement un rôle majeur pour notre santé mentale. C'est pourquoi cette édition 2021 mettra en lumière l'importance du lien social pour notre santé mentale et ce, à tous les âges ! Si depuis une année, la santé mentale a régulièrement été évoquée dans les médias, force est de constater que les services d'aide et de soins en santé mentale méritent d'être mieux connus du grand public mais également des acteurs de la première ligne dite « psycho-médico-sociale ». Si la crise sanitaire nous montre combien prendre soin de ces liens constitue un terreau fertile pour notre santé mentale, sur lequel tout un chacun peut s'épanouir, se renforcer, se découvrir, ... s'intéresser au lien social n'est pas nouveau pour les cliniciens et les différents acteurs de terrain. En développant diverses approches, avec des publics variés, les acteurs de santé mentale ont développé une clinique "sur-mesure", "tout en nuance", pour améliorer le quotidien des personnes accompagnées. Une clinique qui doit s'adapter aux évolutions de la société, dans un contexte mouvant, impactant nécessairement l'éventail des réponses à la souffrance psychique mais également les actions destinées à prévenir les problématiques de santé mentale associées au lien social. Cette Semaine de la santé mentale en Wallonie se déroulera du 09 au 16 octobre 2021 et constituera une occasion inédite pour tou-te-s de rencontrer les acteurs de santé mentale et de faire connaissance ! Il y a en aura pour tous les âges et tous les goûts ! Conférences, webinaires, théâtre, balades, concerts, cinéma ...

[Télécharger](#)



Diagnostic Territoire - Des ressources pour les acteurs de terrain

Parce que nous partageons l'ambition de promouvoir des diagnostics partagés, parce que nous croyons que le développement social des territoires repose sur des processus collectifs et concertés, nous avons construit collectivement des ressources pédagogiques en direction des acteurs de terrain. Ce site est une plate-forme numérique offrant des supports adaptés aux professionnels, bénévoles, habitants et formateurs. Ils sont accessibles librement et peuvent être assortis de formations, accompagnements au diagnostic de territoire. Voici les ressources pédagogiques disponibles : le diagnostic, ses repères et ses étapes ; les outils du diagnostic ; les définitions en socio-démographie ; la représentation graphique des données ; les sources mobilisables ; l'analyse des données sociodémographiques ; la réalisation d'un portrait du territoire ; l'observation sociale, ses définitions, ses enjeux, ses limites ; les grilles d'observation ; le diagnostic en marchant ; la réalisation d'un questionnaire ; la conduite d'un entretien individuel ; l'animation des groupes d'expression sur le territoire ; la mise en œuvre d'un « porteur de parole ».

[Télécharger](#)

Le Réseau Belge Francophone des Villes Santé de l'OMS

En 2009, six Villes wallonnes étaient reconnues « Ville Santé ». Afin d'assurer une meilleure visibilité de ces Villes en matière de santé et d'initier un travail d'échange et de partenariat, les représentants de ces six Villes, en collaboration avec les Centres Locaux de Promotion de la Santé, ont décidé de créer une ASBL intitulée « Réseau Belge Francophone des Villes Santé ». Les Villes fondatrices sont : la Province de Liège, les Villes de Charleroi, Huy, La Louvière, Mouscron, et la Commune de Sambreville. Depuis, trois autres Villes ont rejoint le réseau: Chaudfontaine, Seraing et Verviers. L'association dite « RBF, asbl » a pour mission de soutenir et développer le réseau, en référence aux objectifs de la politique de la Santé pour tous de l'OMS ; de permettre une coopération entre les membres en initiant de réels et formels échanges d'expériences locales ainsi que des rencontres autour de grandes thématiques et actions communes. Ses principaux objectifs sont de favoriser l'échange d'expériences via l'organisation d'un colloque annuel ainsi que des rencontres trimestrielles des coordinateurs des Villes-Santé ainsi que par la mise à disposition de dossiers et de diverses publications ; de mettre en valeur les projets des membres en diffusant à l'ensemble du réseau les informations relatives aux actions mises en place dans les différentes villes membres ; de favoriser l'échange de données via les rencontres trimestrielles des

coordinateurs des Villes-Santé et de créer des projets (ou canevas de projets) communs.

[Télécharger](#)

Des outils et des ressources pour faire face à la pandémie du Covid 19

Depuis le début de la crise sanitaire Covid-19, beaucoup d'organismes et d'institutions ont réalisé des outils et mis à disposition des ressources pour aider à faire face aux différentes situations générées par la pandémie. Le CLPS-CT diffuse régulièrement ces informations au sein de son réseau de partenaires. Cette page compile une sélection de ces ressources : l'AVIQ, Agence pour une vie de qualité, propose une page web reprenant des informations à destination des particuliers ou à destination des professionnels, avec entre autre une rubrique "boîte à outils" (possibilité de télécharger de nombreux supports comme des affiches ou des vidéos pédagogiques) ; un site www.jerespire.be qui reprend les dernières informations, notamment sur les gestes de protection. L'asbl Cultures & Santé a réalisé un répertoire reprenant une sélection de ressources relatives aux vaccins et à la vaccination, dans une approche "générale" ou en lien avec la situation socio-sanitaire. Les CLPS ont collectivement créé un "padlet ressources vaccination", qui propose des supports, avec une grille d'analyse qui vous permet de faire une sélection en fonction de vos besoins (la première colonne du Padlet vous propose une explication de son utilisation). Ce padlet fait partie d'une offre globale qui s'intègre dans un accompagnement personnalisé par le CLPS. N'hésitez donc pas à contacter le CLPS le plus proche de chez vous. Voici encore d'autres ressources : un guide d'aide à la décision, réalisé par la Haute Autorité de Santé (HAS) de France ; un outil d'animation "Covid-19 : discutons vaccination", réalisé par l'asbl Cultures & Santé ; une affiche "facile à lire et à comprendre" vaccination ; une brochure "Qu'est-ce que la vaccination contre le coronavirus" en facile à lire et à comprendre (FALC), réalisée par l'EASPD et Inclusion Europe ; un dépliant d'information réalisé par la Fédération des Associations de Généralistes de Charleroi ; un dépliant réalisé par la Wallonie "Covid-19, je me vaccine ?", également rédigé en "facile à lire et à comprendre". L'AVIQ, Agence pour une Vie de Qualité, propose une page web spécifiquement dédiée aux questions et supports en lien avec la vaccination. La Wallonie a mis en ligne un site d'information spécifiquement dédié aux questions en lien avec la vaccination (www.jemevaccine.be). Sur ce site est accessible le kit Proxivax, qui reprend l'ensemble des supports d'information en téléchargement (vidéos, affiches et flyers) ainsi qu'un manuel de communication sur les vaccins contre la Covid-19. Guide pratique visant à améliorer la communication sur ces vaccins et à lutter contre la désinformation...

[Télécharger](#)



Guide à destination des maîtres d'ouvrage d'un diagnostic local de santé

La Fédération nationale des observatoires régionaux de la santé a proposé à la Direction générale de la santé du Ministère de la santé et des sports, d'élaborer, à partir d'une analyse critique des diagnostics locaux de santé (DLS) réalisés par les Observatoires régionaux de la santé (ORS), un guide de recommandations à l'usage des maîtres d'ouvrage de diagnostics locaux de santé. Ce travail repose sur un inventaire exhaustif des démarches de diagnostics locaux finalisées durant la période janvier 2000 - juillet 2009 ; sur une analyse détaillée des 122 démarches recensées : enquête quantitative systématique et analyse des rapports ; sur une quinzaine d'entretiens avec des personnels d'ORS et des représentants d'organismes ayant commandité des diagnostics. Certains documents d'évaluation de ces diagnostics ont également été analysés. L'objectif général de ce guide est de faciliter et d'optimiser les démarches de DLS. Le guide précise à cet effet les éléments devant entrer dans le cahier des charges du maître d'ouvrage, compte tenu de la diversité des objectifs et périmètres possibles des DLS et de l'inscription souhaitable de la démarche de diagnostic dans une démarche locale de projet de santé (ou de projet territorial multidimensionnel intégrant un volet santé). Ce guide précise également les contraintes, limites, et éléments facilitateurs de réalisation, de même que les implications pour le maître d'ouvrage. Il identifie de plus un certain nombre d'éléments - points de vigilance et facteurs de réussite - à prendre en compte dès la phase de préparation d'un diagnostic. Ce travail sera complété par l'élaboration d'un guide de « bonnes pratiques » destiné aux opérateurs de diagnostics. Il comportera une analyse des différentes méthodes d'investigation et de présentation des résultats, avec une lecture critique de leurs avantages, inconvénients et limites. Il présentera de façon plus détaillée les outils méthodologiques et sources de données qui peuvent être mobilisées, les différentes méthodes de définition des priorités et pistes d'action, ainsi que les outils permettant d'impliquer dans ces phases les acteurs concernés, dont la population, dans une perspective de démarche participative.

[Télécharger](#)

Ne perds pas la musique. Protège tes oreilles !

Depuis 2009, le Service Prévention-Santé de la Province de Luxembourg, la Maison des Jeunes de Marche-en-Famenne, l'asbl "Losange Fondation" et le Centre Local de Promotion de la Santé de la Province de Luxembourg collaborent à une campagne de prévention des risques auditifs. L'objectif général est de sensibiliser les jeunes de 12 à 30 ans aux risques liés à l'écoute de la musique, que ce soit en milieux festifs (concerts, festivals, boîtes de nuit, ...) ou à l'aide de lecteurs de musique. La protection de l'audition est un thème auquel il semble de plus en plus nécessaire de donner une place au vu de l'engouement des jeunes pour la musique et du développement toujours plus poussé des technologies liées à l'écoute de la musique. On estime qu'au cours des deux dernières décennies, l'exposition des jeunes aux bruits associés aux loisirs a triplé par rapport aux années 80. Les dommages causés à l'ouïe par l'exposition au bruit dépendent de plusieurs facteurs : l'intensité, mesurée en décibel (dB), la fréquence du son, mesurée en Hertz (Hz) et la durée d'exposition, mesurée en unité de temps. D'autres facteurs interviennent également comme l'âge, les antécédents ORL (otites, perforation du tympan, fracture du crâne, etc.) et la vulnérabilité de chacun aux sons. Sur ce dernier point, on constate en effet des différences individuelles encore peu expliquées. L'oreille humaine est plus fragile à certaines fréquences que d'autres, les sons de basses fréquences sont moins traumatisants pour l'oreille que les sons aigus. On distingue la fatigue auditive, de la perte auditive. La première survient généralement après une exposition à un niveau sonore élevé et disparaît peu de temps - 16 heures maximum - après son apparition. Elle se manifeste par une diminution temporaire de la sensibilité auditive, et peut être accompagnée de symptômes tels qu'acouphènes, impression d'avoir les oreilles bouchées, etc. La répétition de tels épisodes peut cependant déboucher sur une perte auditive définitive. De nombreuses études ont démontré qu'une exposition à 85 dB pendant 8 heures par jour, entraîne des pertes auditives. Mais les inquiétudes ne sont pas uniquement liées au niveau sonore et à la durée d'exposition, mais également aux comportements des jeunes vis-à-vis de la musique...

[Télécharger](#)

Centre Local Promotion Santé
Charleroi-Thuin
1b, Avenue Général Michel
6000 Charleroi
coordination@clpsct.org
www.clpsct.org



Cet e-mail a été envoyé à {{ contact.EMAIL }}
Vous avez reçu cet email car vous vous êtes inscrit sur CLPS Charleroi-Thuin.

[Se désinscrire](#)

