

ACTUS PROMOTION SANTÉ

RESSOURCES ET ÉVÉNEMENTS
À NE PAS MANQUER !

N°2 : OCT-DEC
2025

RTPS - CC BAIE DU COTENTIN ET CÔTE OUEST CENTRE MANCHE

À LA UNE - FOCUS LOCAUX - OUTILS AGENDA - ANNUAIRES UTILES

À LA UNE

PSSM : ET SI VOUS DEVENIEZ SECOURISTE EN SANTÉ MENTALE ?



Le programme de **Premiers Secours en Santé Mentale (PSSM)** forme des secouristes capables de mieux repérer les troubles en santé mentale, d'adopter un comportement adapté, d'informer sur les ressources disponibles, d'encourager à aller vers les professionnels adéquats et, en cas de crise, d'agir pour relayer au service le plus adapté.

Le **module standard** donne aux secouristes des connaissances générales, notamment sur les quatre troubles psychiques les plus fréquents (troubles dépressifs, anxieux, psychotiques et liés à l'utilisation de substances), et leur apprend à appliquer une méthode pour intervenir face à une personne en crise ou en difficulté.

Lien vers le site PSSM France [ici](#)

Le **PSSM Jeunes** est destiné aux adultes vivant ou travaillant avec des adolescents (collège et lycée) et jeunes majeurs. Il se concentre notamment sur le développement de l'adolescent, les troubles anxieux, la dépression (dont la crise suicidaire et les automutilations non suicidaires), les psychoses, les troubles du comportement alimentaire et les addictions.



APPRENDRE À AIDER

Durée de la formation : 14h en présentiel

En 2025 : 31 personnes formées au module standard au sein du RTPS et des formations des deux modules à venir (voir agenda p.3)

Renseignements : lisa.hervy@ch-carentan.fr

LES P'TITS ATELIERS NUTRITIFS : TOUT SAVOIR SUR L'ALIMENTATION DE BÉBÉ



Les **P'tits Ateliers Nutritifs** sont des ateliers virtuels interactifs et gratuits à destination des jeunes parents et des femmes enceintes.

Ils peuvent être visionnés à leur domicile ou être diffusés dans des lieux d'accueil (ex : Relais Petite Enfance, groupe de parents, etc.).

Ce sont 3 ateliers réalisés par des diététiciennes nutritionnistes axés

sur l'équilibre alimentaire, la diversification et les bons achats pour les tous petits. Des échanges entre parents et des astuces sont partagées durant ces temps.

Informations pratiques :

Ateliers de 1h30 en soirée et le week-end disponibles en se connectant [ici](#)

FOCUS LOCAUX



BONS GESTES ET BONNE ASSIETTE

La **Banque Alimentaire de la Manche** est soucieuse de vouloir accompagner ses bénéficiaires dans leur globalité, elle complète ainsi l'aide alimentaire par des actions d'accompagnement social avec le dispositif *Bons Gestes et Bonne Assiette*.



Atelier cuisine partagé entre bénévoles et bénéficiaires à St-Hilaire-du-Harcouët suivi d'un repas partagé

Des cycles d'ateliers culinaires et d'activité physique adaptée sont ainsi proposés aux bénéficiaires dans les lieux de distribution : épicerie sociale de La Haye, Carentan, Lessay, Périers etc.

Des cycles de 10 ateliers en santé mentale sont aussi organisés pour explorer des thérapies (art-thérapie, sortie nature, etc.). A La Haye, le bilan est concluant : 8 personnes en ont bénéficié et sont désormais intégrées dans les ateliers et dans les projets communaux culturels. Des liens forts se créent entre les participants qui se côtoient en dehors des ateliers.

La Banque Alimentaire de la Manche est aussi active auprès des partenaires du territoire pour répondre à leurs besoins (ex : ateliers culinaires auprès de publics cibles).

Des actions sont aussi proposées aux bénévoles afin de leur transmettre des messages de prévention.

Contact : Jill LEBOUCHER, Coordinatrice des actions d'accompagnement social
ba500.nutritionssante@banquealimentaire.org
Pour aller plus loin : les recettes [ici](#) et le programme national [ici](#)



PARENTIBUS : UN ESPACE MOBILE D'ÉCOUTE ET DE SOUTIEN



Association Parentibus

Le Parentibus est un lieu itinérant d'écoute, d'échange et d'orientation, installé dans un camping-car. Il sillonne environ 7 communes rurales par semaine dans le Centre Manche pour aller à la rencontre, initialement des parents et des familles, puis l'accueil a été élargi à toutes personnes (jeunes, personnes âgées). Ce dispositif, propose un espace bienveillant et confidentiel où chacun peut venir parler librement de ses difficultés autour d'un café, sans jugement ni rendez-vous. L'écoute porte principalement sur la vie personnelle et familiale, la santé, le travail, la solitude et le deuil.

En favorisant la parole et l'écoute, le Parentibus contribue activement à la santé mentale des usagers. Il permet de rompre l'isolement, de mettre des mots sur les maux, de créer du lien social, de renforcer les liens familiaux et d'agir précocement sur leur bien-être mental.

Le Parentibus est notamment présent sur les marchés de La Haye, de Carentan les Marais, tous les 15 jours, à la Maison Familiale Rurale de St-Sauveur Villages et sur certains festivals.

Environ 820 écoutes sont réalisées par an par les bénévoles (28 bénévoles par semaine), formés à l'écoute active.



En tant que professionnel, vous pouvez porter à connaissance de votre public ce dispositif d'écoute.

L'association est à la recherche de bénévoles

Renseignements : association.parentibus@gmail.com
Lien du site [ici](#) et de la page Facebook [ici](#)

OUTILS



SANTÉ BD : FACILITER L'ACCÈS À LA SANTÉ POUR TOUS

Santé BD, des bandes dessinées, vidéos et posters pour comprendre la santé avec des images et des mots simples.

Ces supports peuvent être utiles aux professionnels de santé et aux accompagnants pour expliquer comment se déroulent une consultation, un soin, un examen médical, et comment rester en bonne santé. Quelques exemples de sujets : *la santé mentale, c'est quoi ?*, *le dépistage du cancer du col de l'utérus*, *mieux manger pour prendre soin de ma santé*, *le tabac et ma santé*...



Tous les supports sont à retrouver [ici](#)

AGENDA



GROUPES DE TRAVAIL

08 octobre 14h-16h : la prévention des pratiques addictives dans le milieu rural sur le RTPS

- Améliorer les connaissances des professionnels sur la prévention des pratiques addictives et réfléchir à un programme d'actions
- Informations : lisa.hervy@ch-carentan.fr / au pôle communautaire COCM de Périers

FORMATIONS

20 octobre : Formation des binômes d'animateurs Réflexe Santé

- Mairie de Saint-Hilaire-Petitville, inscriptions : lisa.hervy@ch-carentan.fr



04 et 06 novembre : Formation PSSM module jeunes A destination des professionnels et bénévoles intervenant auprès de jeunes (11-25 ans)

- Salle des associations de Sainteny, inscriptions : lisa.hervy@ch-carentan.fr

A venir, entre novembre et décembre : Formation PSSM module standard

- Informations : lisa.hervy@ch-carentan.fr



APPRENDRE À AIDER

20 novembre : La déscolarisation, manifestation d'un processus long, comment faire face ? Regards croisés avec des professionnels de l'adolescence, Fondation Bon Sauveur de la Manche

- Inscriptions [ici](#)

RENDEZ-VOUS

25 sept ou 13 nov 14h-15h : Webinaire Etude Mentalo - santé mentale des jeunes 11-24 ans, PTSM de la Manche

- Présentation de l'étude nationale sur le bien-être mental des jeunes à destination des salariés et bénévoles
- Inscriptions [ici](#) / Lien webinaire 25 septembre [ici](#) / lien webinaire 13 novembre [ici](#)



APPELS A PROJETS

Appel à Manifestation d'Intérêt pour préparer le déploiement du 1er programme de prévention "Prenons l'âge du bon côté", Caisse Nationale de Solidarité pour l'Autonomie

- A destination de professionnels de l'animation collective auprès de personnes de 60 ans et plus, de l'activité physique adaptée, de la diététique et nutrition
- Informations [ici](#)

ANNUAIRES UTILES



Retrouvez ci-dessous un recensement d'annuaires pouvant être utiles aux professionnels du Réseau Territorial de Promotion de la Santé

ECRANS

- **Ecrans, jeux vidéo et addictions, que dit-on ?**, outils pour les professionnels au contact de parents et outils de promotion d'un usage raisonné des écrans chez l'enfant et l'adolescent [ici](#)
- **Pour un accompagnement à l'usage des écrans** - Référentiel à destination des intervenants dans et hors milieu scolaire, [ici](#)
- **"Parfois l'écran n'est pas un problème, mais une solution que le jeune a trouvée pour s'extraire d'un réel difficile"**, article de Fédération Addiction, [ici](#)

VIOLENCES

- **Structures d'écoute et d'accueil des victimes de violences conjugales dans la Manche**, département de la Manche, [ici](#)

SANTÉ MENTALE

- **Diagnostic Territorial Partagé du Projet Territorial de Santé Mentale de la Manche**, [ici](#)

NUTRITION (ALIMENTATION & ACTIVITÉ PHYSIQUE)

- **Volet Programme National Nutrition Santé (PNNS) de Manche Infosport**, [ici](#)
- **Plateforme Manche Infosport** à destination du monde du sport, dans la Manche, [ici](#)
- **Annuaire des structures proposant une activité physique adaptée de Sport Santé Normandie**, [ici](#)
- **Réseau acteurs du Programme National Nutrition Santé**, [ici](#) (fiches d'actions répondant aux critères nutritionnels)
- **Promouvoir la santé des jeunes en milieu sportif des conseils et des fiches d'activités pour aider à développer le bien-être des jeunes et prévenir les addictions**, [ici](#)

CONDUITES ADDICTIVES

- **Pour une prévention des conduites addictives** - référentiel à destination des intervenants dans et hors milieu scolaire, [ici](#)

EDUCATION A LA VIE AFFECTIVE ET SEXUELLE

- **Tout SEXplore. L'Éducation à la vie affective, relationnelle et sexuelle : référentiel d'intervention**, [ici](#)

MULTI-THEMATIQUES CENTRE MANCHE

- **Annuaire de l'offre de services d'information, d'aide et de soin du Centre Manche, DAC en Santé Centre Manche** [ici](#) (professionnels de santé, santé mentale, prévention santé, enfance et périnatalité, handicap...)

PROMOTION SANTÉ

- **Ressources en santé en Normandie par l'ORS CREAI Normandie**, [ici](#) (cancérologie, santé mentale des jeunes, la santé des enfants de moins de 6 ans, ...)
- **Répertoire des dispositifs normands par thématiques prioritaires de santé**, [ici](#)
- **Site de Promotion Santé Normandie**, [ici](#) (accès aux formations, aux ressources et à l'emprunt d'outils d'animation en éducation et promotion de la santé)
- **CAPS Capitalisation des expériences en promotion de la santé**, [ici](#)

POUR COMMUNIQUER VOS ACTIONS / ACTUS ET POSER DES QUESTIONS LIÉES À CE N° :

Réseau Territorial de Promotion de la Santé
Côte Ouest Centre Manche & Baie du Cotentin | lisa.hervy@ch-carentan.fr

