



Association d'Hygiène
Sociale de la Sarthe



Ensemble, soyons tous éco-responsables ! - Crédit photo : PIXABAY

Retour du « Mois sans tabac » : le CSAPA toujours présent !

CSAPA Molière



Comme chaque année, le Centre de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA) Molière, s'engage pour le « Mois Sans Tabac ».

Plusieurs projets de prévention ont été structurés sur cette thématique avec les partenaires.

Le premier a eu lieu le 11 octobre 2022 avec pour objectif de sensibiliser les étudiants « relais santé » de l'université du Maine à la prévention en tabacologie. Ce temps sera suivi par des maraudes du CSAPA et de ses partenaires, au sein du campus, et par des propositions de consultations avancées sur site.

Ces actions sont couplées à l'accueil que propose toute l'année le CSAPA aux personnes qui souhaitent s'informer, réduire leur consommation de tabac ou arrêter de fumer. L'accompagnement, gratuit, par l'équipe du CSAPA (infirmier, médecin, diététicienne...) s'adapte aux objectifs de chacun en proposant des réponses au plus près des besoins.

Depuis 2016, plus de 900 000 personnes ont déjà participé à l'opération « Mois sans tabac » sur le plan national. Si vous souhaitez vous informer davantage, il est aussi possible de se rendre sur le site mois-sans-tabac.tabac-info-service.fr. En vous y inscrivant, vous pourrez bénéficier de plusieurs outils :

- Un kit gratuit d'arrêt du tabac comprenant un programme de 40 jours avec des défis et des conseils quotidiens, une roue pour calculer vos économies, des informations sur tous les outils disponibles.

- Une communauté d'entraide et de coopération sociale présente sur Facebook durant tout le mois de novembre.

Il est également possible de télécharger gratuitement l'application mobile Tabac Info Service. Un programme d'accompagnement personnalisé, des conseils de tabacologues, des mini-jeux et des vidéos de soutien y sont proposés. Un suivi de vos progrès quotidiens liés à l'arrêt du tabac y est également consultable.

Le CSAPA Molière, le site « Mois sans tabac », l'application Tabac Info Service..., autant de possibilités en fonction de vos besoins et envies de chacun.

Florian LE NUE

- Une consultation avec un professionnel de l'arrêt du tabac : en présentiel, par téléphone, en entretiens individuels ou collectifs.

L'édito

Marie-Joëlle CONDÉ, Présidente

L'AHSS est une vieille dame très alerte.

Certes, elle est centenaire mais elle n'a pas porté toute seule la charge des années.

Cent ans d'une chaîne humaine ininterrompue.

Cent ans de semailles par des pionniers et cent ans de récoltes par leurs successeurs.

Cent ans de relais par des milliers de professionnels habités par la solidarité, pour soigner et réparer les corps, pour soutenir, dès le plus jeune âge, sur le chemin de l'autonomie.

Ensemble, nous bâtissons, jour(s) après jour(s), les projets de demain.

Bonne lecture !

AHSS - Lettre d'information (information interne uniquement)

Tous les numéros sont consultables sur le site www.ahs-sarthe.asso.fr

N°ISSN 2801-4669

N°ISSN 2802-4117

Dépôt légal Novembre 2022

Directeur de la publication :
Marie-Joëlle CONDÉ, Présidente

Comité de rédaction :
Hélène GOUBIL, Katia DEROUIN,
Claire PERBET, J.Pierre ETCHEVERRY,
Joël BARAULT, Federico SCANNAPIECO

92-94, rue Molière - 72000 Le Mans
Téléphone: 02 43 50 32 40
Courriel: ahss@ahs-sarthe.asso.fr



i Une référente TMS Pros à l'association

Comme nous l'avions déjà évoqué dans une précédente Newsletter, l'Association s'engage, avec l'aide de la direction des risques de la CARSAT, dans un programme de prévention intitulé TMS Pros.

C'est donc avec plaisir que nous accueillons, depuis le 17 octobre, notre référente TMS Pros, Magali AUBERT, qui exercera cette mission à hauteur d'un 20% de temps, en plus de son activité d'ergothérapeute au Centre Gallouédec.

De quoi s'agit-il ? Nos métiers sont particulièrement concernés par les troubles musculosquelettiques (TMS) et le mal de dos. Il est possible d'agir en s'appuyant sur la démarche de prévention des TMS développée par l'Assurance Maladie - Risques professionnels (CARSAT). Cette démarche vise à diminuer l'impact des troubles musculosquelettiques et à améliorer la qualité de vie au travail.

Sous la responsabilité de la Directrice des Ressources Humaines, Magali

AUBERT aura à organiser et à animer le projet de prévention TMS Pros sur tous les établissements de l'Association.

Elle sera amenée à aller au sein des différents services et à rencontrer les professionnels.

Nous vous remercions de bien vouloir lui réserver le meilleur accueil !

Claire PERBET



Crédit photo : AHSS - Magali AUBERT

Eco-responsabilité, l'affaire de tous !

AHSS

Modifions nos comportements et soyons vigilants sur nos consommations d'énergie. Etre éco-citoyen est un véritable travail d'équipe. Tous les jours, nous pouvons économiser de l'énergie !

L'ensemble des membres du Conseil d'Administration et la Direction Générale saluent le plein engagement, au sein de l'AHSS, du Docteur Jean-Michel VERRET, décédé le lundi 24 octobre 2022. Il a oeuvré pendant plus de 10 ans en tant que trésorier et administrateur au sein de notre association. Nos pensées l'accompagnent.

7 bons gestes pour économiser l'électricité



1 Éteindre l'éclairage intérieur des bâtiments la nuit, le week-end et lors des périodes de fermeture, conformément à la réglementation. Egalement tout au long de la journée, dès lors que vous quittez une pièce ou que l'éclairage naturel est suffisant.

2 Réduire l'éclairage extérieur au seul besoin, pour assurer la sécurité du personnel et du public. L'éteindre nuit et week-end.

Réduire la consommation des appareils informatiques : paramétrer la veille des ordinateurs, éteindre complètement les PC et les écrans la nuit. **3**

4 Maîtriser l'usage du courrier électronique : éviter d'envoyer des pièces jointes trop lourdes, limiter le nombre de destinataires, éviter de trop stocker de messages, trier et nettoyer régulièrement sa boîte de messagerie. Limiter les impressions de documents.

Adapter la température moyenne de chauffage conformément à la réglementation. Fermer les robinets des radiateurs pendant l'aération des locaux. Fermer les volets la nuit. **5**

6 Ne pas laisser les portes et les fenêtres ouvertes pour éviter la déperdition de chaleur.

Réduire ou arrêter les systèmes audiovisuels non indispensables, tels que les projecteurs ou écrans des halls d'accueil. **7**



Nouvelle directrice sur le Pôle Sanitaire

Centre Gallouédec / HAD

Notre association accueille depuis le 3 octobre 2022 la Directrice du Pôle Sanitaire, Madame Elsa RAINGAL.

Elle prend en charge les 2 sites (HC et HDJ) du Centre Médical Gallouédec ainsi que l'ensemble des antennes de l'hospitalisation à domicile (HAD).

Nous lui souhaitons la bienvenue !



Crédit photo : AHSS - Elsa RAINGAL

Changement de contrôleur de gestion

AHSS

Suite au départ de Ferdinand RODRIGUES pour de nouvelles aventures professionnelles et personnelles, notre association accueille depuis le 3 octobre 2022, Mademoiselle Hafsa EL MANDOUFI sur le poste de contrôleur de gestion de l'AHSS.

Nous lui souhaitons également la bienvenue !



Crédit photo : AHSS - Hafsa EL MANDOUFI

ZOOM

Eco-responsable au bureau

21% c'est la part des équipements informatiques dans la consommation d'électricité d'une entreprise de bureau.