



CPTS ANTIPOLIS

ANTIBES / JUAN LES PINS
VALLAURIS / GOLFE JUAN

Chères consœurs, chers confrères,

Nous sommes ravis de vous présenter cette première édition, conçue pour vous tenir informés de nos actions, de nos projets, et des initiatives qui façonnent notre communauté de soins.

Ces derniers mois ont été riches en réalisations. Grâce à votre engagement, nous avons pu mener plusieurs actions essentielles pour améliorer la coordination des soins et renforcer le lien entre professionnels de santé. Cette newsletter sera l'occasion de revenir sur ces moments forts, tout en partageant les projets ambitieux que nous mettons en œuvre pour le premier trimestre 2025.

Parmi eux, une soirée exceptionnelle sur un enjeu de santé publique crucial, des formations dédiées à la prévention et au suivi, ainsi que de nouvelles collaborations pour fluidifier les parcours patients.

Nous espérons que cette newsletter deviendra un outil précieux pour mieux communiquer, échanger et avancer ensemble au service de nos patients.

Merci de votre confiance et de votre engagement au sein de la CPTS Antipolis.

Bonne lecture à toutes et tous !

L'équipe de la CPTS Antipolis

OCTOBRE ROSE : RETOUR SUR NOS ACTIONS

En octobre, la CPTS Antipolis a participé activement à la sensibilisation sur le cancer du sein à travers deux événements majeurs :



- **3 octobre - Institut du Cancer Tzanck (Mougins) :** En collaboration avec les CPTS Pays d'Azur et Collines de Valbonne, un stand interactif a permis d'informer le public sur la prévention et la détection précoce à l'aide d'un quiz éducatif.
- **20 octobre - Triathlon des Roses (Antibes) :** Plus de 250 visiteurs ont été sensibilisés grâce à des outils comme des bustes pédagogiques pour l'apprentissage de l'autopalpation, des quiz, et des flyers informatifs.

Ces initiatives témoignent de notre engagement continu pour promouvoir la santé publique et encourager le dépistage précoce.

Merci à tous les participants et partenaires pour leur soutien !

Exercice d'évacuation XXL à la résidence autonomie

L'établissement pour personnes âgées Estérel Juan-les-Pins a réalisé un important exercice d'évacuation incendie, hier matin, afin de tester la prise en charge complète de ses résidents.

Des dizaines de cinq étages, 33 appartements, 55 résidents... Ici débute le terrain de jeu des sapeurs-pompiers, policiers municipaux, professionnels de santé et personnel de l'établissement et commencent en effet les manœuvres pour évacuer les résidents âgés de la résidence autonomie Estérel à Juan-les-Pins. C'est un exercice grandeur nature. Il s'agit de tester la prise en charge complète de ses résidents.



En quelques minutes, le deuxième étage est englobé par une fumée épaisse sortant d'un générateur de fumée froide. De quel côté du bâtiment incendie et l'évacuation des résidents. Certains sont très surpris : « Un exercice ? Il faut que je sorte ? » Contrairement à un EHPAD, les sapeurs-pompiers doivent obtenir l'autorisation de l'habitant pour l'emmener.



Sans équipement de protection, impossible pour les 17 soldats du feu de pénétrer les étages supérieurs. Aide d'un plan d'évacuation, des renforts sont mobilisés pour l'assurer qu'aucun résident n'est oublié dans un logement.



Une échelle est déployée à l'arrière du bâtiment pour accéder au deuxième étage. « Il faut extraire une victime ? ». Informé son. En réalité, un simple mannequin sauté par le Service départemental d'incendie et de secours 06.



Dans des conditions réelles, une telle catastrophe peut être traumatisante. « Il faut être réactif, une prise en charge psychologique », fait savoir Sébastien Provençal, psychologue. Présents, sensibiliser, rassurer. Tels sont les maîtres mots.



Voilà six mois que la ville se prépare. « Un protocole rigoureux a été mis en place », informe le capitaine Emmanuel Lacroix, du Sds 06. Si ce sont des transports 112 ou 118, il est recommandé pour emmener certains évacués au Fort Carré, où ils peuvent manger et se reposer dans des fauteuils, le temps d'être relogés.

EXERCICE DE GESTION DE CRISE : RETOUR SUR LA PARTICIPATION DE LA CPTS

Le mardi 22 octobre 2024, des membres de la mission « Gestion de crise » de la CPTS Antipolis ont participé à un **exercice grandeur nature organisé par la mairie d'Antibes et la Protection Civile.**

Cet exercice d'évacuation, mené dans une résidence autonomie séniors, visait à mettre en pratique **la convention de partenariat récemment signée entre la mairie et la CPTS**, et à tester l'intervention des professionnels de santé en cas de crise.

Dès le déclenchement de l'« incendie », les membres de la CPTS ont été associés à la protection civile pour évacuer et accompagner les résidents. Cette première phase a permis d'évaluer **la place cruciale des professionnels de santé dans ce type de situation**, notamment pour gérer les éventuels malaises ou états d'angoisse des personnes sinistrées, pendant que les pompiers intervenaient sur le sinistre. Cette expérience a été l'occasion pour la CPTS Antipolis de se familiariser avec les procédures d'accueil et le fonctionnement des structures de gestion de crise.

Cette première collaboration concrète a permis d'identifier des axes d'intervention possibles pour les professionnels de santé en cas d'événements majeurs, confirmant ainsi l'importance de cette synergie entre la CPTS, la Protection Civile et la Mairie d'Antibes.

ATELIER DE PRÉVENTION DES CHUTES À L'EHPAD LES PENSÉES


Le 21 novembre, un atelier de prévention des chutes a été animé pour 11 participants âgés de 84 à 97 ans, résidents de la maison d'autonomie de l'Ehpad des Pensées à Antibes.

L'équipe d'intervenants comprenait un ergothérapeute, une diététicienne, une masseur-kinésithérapeute, ainsi qu'une cheffe de groupe Parcours Personne Âgée, elle-même masseur-kinésithérapeute.

L'atelier a été interactif, construit autour des vécus des participants. L'objectif était de les sensibiliser aux risques de chutes et de leur fournir des outils pratiques pour y faire face. Des exercices simples, à mettre en place au quotidien, ont été montrés, tel que comment se relever d'une chute à l'aide d'une chaise, avec ou sans accoudoirs. Cet atelier visait à renforcer la confiance des résidents face au risque de chute et à les encourager à adopter des gestes plus sécuritaires au quotidien.

ATELIER : PRÉVENTION DES CHUTES

Par la Communauté Professionnelle Territoriale Santé Antipolis





Plus d'activités des personnes âgées

IL N'Y A PAS D'ÂGE POUR CHUTER, C'EST IMPORTANT D'EN PARLER !

ACTIVITÉS PHYSIQUES (à réaliser pour ne pas tomber) : Marche, Tai Chi, Yoga, Gymnastique douce, Activités aquatiques, Activités de jardinage, Activités de bricolage, Activités de cuisine, Activités de lecture, Activités de musique, Activités de danse, Activités de peinture, Activités de sculpture, Activités de tissage, Activités de couture, Activités de tricot, Activités de crochet, Activités de broderie, Activités de tatouage, Activités de piercing, Activités de maquillage, Activités de coiffure, Activités de soins de la peau, Activités de soins des dents, Activités de soins des yeux, Activités de soins des oreilles, Activités de soins des pieds, Activités de soins des mains, Activités de soins des ongles, Activités de soins des cheveux, Activités de soins des yeux, Activités de soins des oreilles, Activités de soins des pieds, Activités de soins des mains, Activités de soins des ongles, Activités de soins des cheveux.

ACTIVITÉS PHYSIQUES ADAPTÉES (à réaliser pour ne pas tomber) : Marche, Tai Chi, Yoga, Gymnastique douce, Activités aquatiques, Activités de jardinage, Activités de bricolage, Activités de cuisine, Activités de lecture, Activités de musique, Activités de danse, Activités de peinture, Activités de sculpture, Activités de tissage, Activités de couture, Activités de tricot, Activités de crochet, Activités de broderie, Activités de tatouage, Activités de piercing, Activités de maquillage, Activités de coiffure, Activités de soins de la peau, Activités de soins des dents, Activités de soins des yeux, Activités de soins des oreilles, Activités de soins des pieds, Activités de soins des mains, Activités de soins des ongles, Activités de soins des cheveux.

REPOSER-SENT BIEN (à réaliser pour ne pas tomber) : Sommeil, Repos, Détente, Relaxation, Méditation, Yoga, Tai Chi, Qi Gong, Pilates, Étirements, Massages, Soins de la peau, Soins des dents, Soins des yeux, Soins des oreilles, Soins des pieds, Soins des mains, Soins des ongles, Soins des cheveux.

Et si besoin on peut utiliser :

- Déambulateur, rollator pour bouger au quotidien
- Chaussures thérapeutiques pour sa stabilité
- Canne

SENSIBILISATION AUX VIOLENCES FAITES AUX FEMMES ET INTRA-FAMILIALES

La CPTS Antipolis s'engage activement dans la lutte contre les violences faites aux femmes (VFF) et violences intra-familiales (VIF). Afin d'améliorer la prise en charge des victimes, des projets d'information et de formation sont mis en place à destination des professionnels de santé, en collaboration avec l'hôpital, la gendarmerie, la justice, ainsi que Parenthèse, service de la CASA en lien avec toutes les associations et services spécialisés dans les violences intra-familiales (assistantes sociales, juridique, logement d'urgence, accompagnement...)

Des soirées thématiques pour mieux agir

Plusieurs soirées d'information ont été organisées autour de sujets essentiels :

- Repérage des VFF-VIF, à la maison des associations de la ville d'Antibes
- Aspects judiciaires,
- Recueil de la parole de l'enfant en collaboration avec le Centre Hospitalier d'Antibes

Le 18 septembre dernier, une soirée a été consacrée au cyberharcèlement dans les violences intra-familiales, dans une salle gracieusement mise à disposition par l'EHPAD Les Pensées.

Cette rencontre, organisée en partenariat avec l'association Parenthèse et la gendarmerie, a permis de sensibiliser les professionnels aux nouvelles formes de harcèlement, tout en partageant des outils pour mieux détecter et accompagner les victimes.

À travers ces actions, la CPTS Antipolis réaffirme son engagement à lutter contre les violences, en favorisant la coordination entre les différents acteurs et en renforçant la sensibilisation sur ces enjeux majeurs.



Karine Raimondo - CASA
Emma Isidore - CASA
Sandrine Hizebry - CASA
Adjudant Chef Eric Rebutat



Nos projets et actions 2025

A partir du 6 janvier,
la CPTS Antipolis offre à
tous ses adhérents un accès
personnel et gratuit aux
offres privilégiées de notre
comité d'entreprise GIFTEO !

www.gifteo.fr 

LES ADHÉSIONS 2025
SERONT OUVERTES À
PARTIR DU 6 JANVIER

www.cptsantipolis.fr/adherer/

PARTENARIAT AVEC L'ASSOCIATION SPS

La CPTS Antipolis a signé un partenariat avec
**SPS, l'association nationale reconnue
d'intérêt général**, qui œuvre pour le bien-être
des professionnels de santé avec des actions
concrètes pour améliorer la qualité de vie au
travail, prévenir l'épuisement, et bien d'autres
initiatives indispensables.

Adhérents de la CPTS, SPS peut vous
accompagner gratuitement
et vous apporter
un soutien précieux
dans votre quotidien !



SAVE THE DATE ! MARDI 4 FÉVRIER 2025

Soirée
"Perturbateurs endocriniens"
Salle du Conseil
Hôpital La Fontonne d'Antibes
19h30



Soirée animée par
le **Dr Pierre Souvet**
Association ASEF France

Toute l'équipe de la CPTS Antipolis
vous souhaite d'excellentes fêtes de fin d'année !