

# L'INFO-LETTRE

## de FRANCE ASSOS SANTE

Edition spéciale COVID-19 :

Au moment où vous lirez cette Info-Lettre de France Assos Santé nous terminons la troisième semaine de confinement. Le strict respect de ce confinement constitue pour chacun d'entre nous une participation efficace et solidaire à une vaste opération de santé publique encore inimaginable il y a quelques semaines. Cette lettre essaie de vous aider pratiquement à prendre soin des autres.

France Assos Santé n'est pas pour autant inactive ; sur le plan national nous relayons les communiqués de presse, l'opération « Les jeudis de France Assos Santé » en plus de la ligne Santé Infos Droits qui reste ouverte.

Sur le plan régional, nous avons invité les représentants des usagers dans les établissements de santé à manifester leur soutien aux soignants et nous avons cosigné avec l'URPS Médecins libéraux des Hauts-de-France un appel aux malades à ne pas renoncer à leurs soins habituels.

Au-delà de ces considérations très importantes pour les toutes prochaines semaines viendra le temps de réfléchir aux conséquences de cette épidémie sur l'accès aux droits des patients, sur la faible médicalisation des EHPAD, sur l'avenir de l'Hôpital Public, etc.

Il sera temps d'aborder ces questions dans notre lettre du mois de Mai.

*Pierre-Marie Lebrun*  
Président de France Assos Santé  
Hauts-de-France

Tout un chacun peut avoir un mot, un geste, un regard bienveillant vers l'autre. C'est l'esprit de la page créée par **URPS Médecin Libéraux** que nous vous relayons ici :

<http://www.urpsml-hdf.fr/mur-de-soutien/>

Elle permet d'adresser un mot de soutien ou d'encouragement aux soignants mobilisés dans ce combat contre le coronavirus.

En lien avec l'actualité et pour toujours mieux vous informer, vous trouverez dans ce numéro des informations utiles pour les associations et les usagers.

## Sommaire

### 1. Rappelons les messages clés .....p 2

- 1.1 Avoir les gestes simples pour se protéger et protéger son entourage ..p 2
- 1.2. Prendre soin de soi, et des autres en gardant le contact et le moral ..... p 2

### 2. Et si je suis malade pendant l'épidémie ? .....p 3

### 3. Se protéger des fausses informations et trouver des informations fiables....p 4



**Tous solidaires avec les professionnels qui prennent soins de nous.**

**MERCI !**



## Rappelons les messages clés

### Avoir les gestes simples pour se protéger et protéger son entourage

#### En premier lieu, **#RESTER CHEZ SOI**

Le confinement imposé par le Président de la République à l'ensemble des français depuis le 16 mars 2020 est le meilleur moyen pour éviter la propagation du virus car la distanciation sociale permet de casser la transmission.



Mais si je dois quitter mon domicile, j'utilise l'attestation de déplacement dérogatoire disponible via ces liens :



[ATTESTATION DE DÉPLACEMENT DÉROGATOIRE](#)  
ou  
[ATTESTATION DE DÉPLACEMENT DÉROGATOIRE version Facile à Lire et à comprendre](#)

**NB :** l'attestation de déplacement arrive sur vos smartphones dès le 6 avril

### RESPECTER LES GESTES BARRIERES



Se laver les mains très régulièrement



Tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir



Utiliser des mouchoirs à usage unique



Saluer sans se serrer la main, éviter les embrassades

Retrouvez des **consignes synthétiques et accessibles à tous** dans des affichages réalisées par Santé BD. Cliquez sur le dessin pour les découvrir. N'hésitez pas à les diffuser dans votre réseau de bénévoles.



### Prendre soins de soi, et des autres en gardant le contact et le moral

**Parce que confinement ne doit pas rimer avec isolement :** Les associations restent à votre écoute via leurs lignes d'écoute.

★ Vous trouverez les coordonnées des lignes d'écoutes nationales grâce à ce lien accessible depuis le site de **France Assos Santé** <https://www.france-assos-sante.org/actualite/lignes-decoute/>

★ **Les personnes vulnérables isolées peuvent bénéficier de soutien via "CROIX-ROUGE CHEZ VOUS"**



Cliquez sur le logo pour en savoir plus

L'association Croix-Rouge a mis sur pied un dispositif exceptionnel de conciergerie solidaire qui s'adresse à toute personne vulnérable confinée en situation d'isolement social.

La ligne propose :

- ⇒ une écoute chaleureuse et rassurante de la part des bénévoles formés à l'écoute
- ⇒ la possibilité de commander des produits de première nécessité (denrées alimentaires, produits d'hygiène et d'entretien, médicaments) que des volontaires de la Croix-Rouge leur livreront chez elles en toute sécurité dès le lendemain.



★ Pendant cette période de confinement, Santé Info Droits continue de répondre à vos questions juridiques par Internet et par téléphone. **01.53.62.40.30**

Vous pouvez leur transmettre vos questions via un formulaire en ligne.

L'équipe de Santé Info Droits peut également vous rappeler si vous le souhaitez ?

## Préserver sa santé mentale et chercher du soutien psychologique

★ Afin de faire face au stress durant la flambée de maladie à coronavirus COVID-19, l'OMS émet ici **quelques recommandations** dans une version simple et synthétique :

<https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/coping-with-stress-fr.pdf>



★ Un **dispositif national grand public de soutien psychologique** au bénéfice des personnes qui en auraient besoin est déployé à partir du numéro vert

**0 800 130 000**

Ce numéro est gratuit et est joignable 7 jours sur 7 .

## Et si je suis malade pendant l'épidémie ?

### Ne confondez pas renoncement aux soins et report de soins ... Contactez votre médecin afin d'obtenir un avis médical

L'URPS Médecins Libéraux et France Assos Santé des Hauts-de-France s'associent dans un communiqué de presse pour rappeler la nécessaire vigilance à apporter à sa santé en générale et encouragent les patients à contacter leur médecin habituel afin d'obtenir un avis médical plutôt que de décider par eux-mêmes de reporter leurs soins.

[Lire le CP-vigilance suivi URPSML france Assos 2020 03 31.pdf](#)

Pour faciliter la prise en charge, certaines professions médicales et paramédicales sont autorisées à exercer leur activité à distance. Vous trouverez en lien cette liste ainsi que les modalités de remboursement des consultations.

<https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/tableau-activites-autorisees-telesante.pdf>

Pour en savoir plus sur le fonctionnement de la téléconsultation depuis chez vous voici une fiche synthétique <https://paca.france-assos-sante.org/wp-content/uploads/sites/20/2020/03/Fiches-info-2-Covid-19-PACA.pdf>



### Pour mes **soins dentaires**, que puis-je faire ?

Un numéro national pour la prise en charge des **soins bucco-dentaires d'urgence** a été mis en place par le conseil national de l'ordre des chirurgiens-dentistes.

Le 09 705 00 205 est destiné à désengorger le 15. Les patients doivent donc désormais composer ce numéro unique APRÈS avoir contacté leur chirurgien-dentiste en première intention.

<https://ordre-chirurgiens-dentistes->

### Pour mes **soins en santé visuelle**, que puis-je faire ?

En lien avec le Ministère des Solidarités et de la Santé, les trois syndicats d'opticiens ont mis en place un dispositif de service minimum destiné aux patients. Celui-ci a pour vocation d'assurer le suivi des demandes urgentes, dans des conditions optimales de sécurité, tant pour le public que pour les personnels. Je peux contacter la **permanence d'opticiens** pendant la période de confinement :

<https://www.urgenceopticien.fr/>

### Pour mon **ordonnance**, que puis-je faire ?

Vous souffrez d'une maladie chronique, vous avez besoin de renouveler votre traitement mais votre ordonnance est périmée. En raison du contexte sanitaire, le pharmacien peut exceptionnellement vous délivrer vos médicaments en informant simplement le médecin. Les détails des conditions de réalisation de ses **renouvellements** sont disponibles via le lien suivant :

<https://www.service-public.fr/particuliers/actualites/A13923>



# Se protéger des fausses informations et trouver des informations fiables

## Par Internet

★ Le gouvernement français a mis en place un **site d'information actualisé**.



On y retrouve :

- ⇒ les informations essentielles à connaître relative à la situation
- ⇒ les numéros utiles
- ⇒ les attes testions dérogatoires et professionnelles à imprimer pour se déplacer
- ⇒ des questions réponses
- ⇒ un lien pour s'abonner et recevoir les prochaines informations officielles à propos du COVID-19.

<https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus>

★ **Santé Publique France** présente des chiffres-clés, des interviews d'experts, des questions-réponses sur le Coronavirus en France et dans le monde [articles/infection-au-nouveau-coronavirus-sars-cov-2-covid-19-france-et-monde](#)

★ Le journal Le Monde permet, grâce à son outil « **Les Décodeurs** », de trouver des repères fiables pour distinguer les fausses rumeurs des vrais conseils <https://www.lemonde.fr/les-decodeurs/>

Lire le [Petit guide pour distinguer les fausses rumeurs des vrais conseils](#)

★ France Assos Santé vous propose de retrouver un nouveau format d'information et de communication tous les jeudis pendant la période de confinement : " **Les jeudis de France Assos Santé** ". Des experts répondent en direct à vos questions.

**1<sup>er</sup> rendez-vous webinaire : le 2 avril 2020 à 15h ! Prévenir et faire face au COVID-19**

Pour y participer gratuitement, il vous suffit de cliquer sur le lien et compléter le formulaire d'inscription.

<https://event.webinarjam.com/register/8/9v143i9>

## Par téléphone



Pour ceux qui n'auraient pas internet ou préfèrent échanger de vive voix, il existe :

- un **numéro vert national** qui répond aux questions du grand sur le Coronavirus COVID-19 en permanence, 24h/24 et 7j/7 : **0 800 130 000**

- numéro en **Région Hauts-de-France** : **03 20 30 58 00**. La ligne est ouverte tous les jours de 8h30 à 21h pour répondre aux questions des habitants de la Région directement concernés par les cas de coronavirus.

## SUIVEZ L'ACTUALITE



Sur Facebook, retrouvez les Communiqués de presse de France-Assos Santé, les conseils pratiques et informations diverses liées aux événements : [Facebook de France Assos Santé Hauts-de-France](#)

Retrouver les informations mises à jour sur le site internet de France Assos Santé Hauts-de-France :

<https://hauts-de-france.france-assos-sante.org/>



L'équipe de France Assos Santé Hauts-de-France télétravaille et reste disponible via ces coordonnées :

Président	Coordinatrice régionale	Chargée de mission	Chargée de gestion administrative
Pierre-Marie LEBRUN	Aurélié CASSARIN-GRAND	Bianca DE ROSARIO	Amélie LAROCHE
03.20.54.97.61	03.20.54.97.61/ 06.25.47.08.09	03.20.54.97.61/ 06.42.60.44.00	03.20.54.97.61
<a href="mailto:hauts-de-france@france-assos-sante.org">hauts-de-france@france-assos-sante.org</a>	<a href="mailto:acassarin-grand@france-assos-sante.org">acassarin-grand@france-assos-sante.org</a>	<a href="mailto:bderosario@france-assos-sante.org">bderosario@france-assos-sante.org</a>	<a href="mailto:alaroche@france-assos-sante.org">alaroche@france-assos-sante.org</a>

**France Assos Santé Hauts de France**

10, rue Baptiste Monnoyer  
59000 LILLE

<http://www.france-assos-sante.org/hauts-de-france>