

**AGISSONS
ENSEMBLE
POUR NOTRE SANTÉ**



L'Agence Régionale de Santé a fait le choix de traduire le document « Agissons ensemble pour notre santé » en Facile à Lire et à Comprendre.

Le Facile à Lire et à Comprendre est une version simplifiée d'un document difficile à lire et comprendre.

Cela permet de donner une information comprise par tous, les personnes en situation de handicap,

les personnes ne parlant pas bien le français,

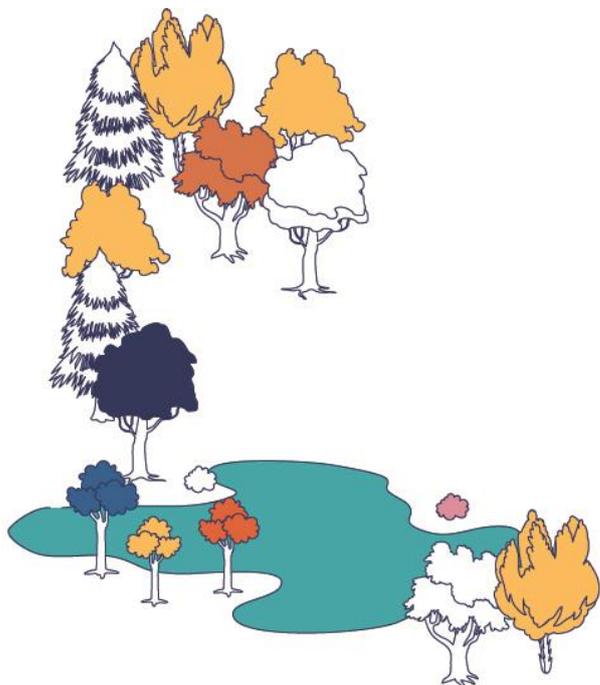
les personnes âgées, les enfants...

La méthode d'écriture utilisée est :

- des phrases courtes
- des mots simples
- des images et des pictogrammes pour aider à comprendre les phrases.

Voici le lien pour avoir la version sur internet :

[Agissonsensemblepournotresante15112023.pdf](#)



Sommaire

Présentation de l'Agence Régionale de Santé	1
Présentation du Projet Régional de Santé	2
Le Cadre d'Orientation Stratégique (COS), c'est quoi ?	4
Le schéma Régional de Santé (SRS), c'est quoi ?	4
Le Programme Régional sur l'Accès à la Prévention et aux Soins des personnes les plus démunies (PRAPS), c'est quoi ?.....	4
Les 10 défis pour la santé de demain	5
Les parcours de santé dans vos différents espaces de vie	11
Lieux de citoyenneté et espaces publics	12
Dans les établissements et chez les professionnels de santé	14
Dans ma vie de tous les jours, à l'école ou au travail	18
Lieux de vie partagés	21
Témoignage de parcours de vie	23

Présentation de l'Agence Régionale de Santé Bretagne (ARS)

L'Agence Régionale de Santé assure le bon fonctionnement
des services de la santé dans la région.

L'ARS Bretagne garantit la mise en place de la politique nationale.

Présentation du Projet Régional de Santé Bretagne (ARS)

La Bretagne est une région très dynamique.

Comme le reste de la France, la Bretagne veut améliorer :

- l'accès aux soins
- l'accompagnement des personnes âgées et handicapées en perte d'autonomie
- le développement des métiers de la santé
- l'adaptation au changement climatique
- la santé de ses habitants
- la possibilité de faire des activités physiques dans les espaces publics.

L'Agence Régionale de Santé Bretagne (ARS) va augmenter la prévention sur la consommation d'alcool et de tabac.

L'ARS Bretagne va aussi travailler

pour faire diminuer la mortalité causée par le suicide.

La population souhaite vivre en bonne santé et très longtemps.

Il est important que :

- les structures soient bien équipées pour soigner les patients
- les professionnels de santé soient formés au progrès du matériel médical et des façons de travailler.

Le Projet Régional de Santé (PRS) propose des réponses pour améliorer le parcours de santé des bretons.

Le projet a été réalisé avec :

- les professionnels de santé (médecins, infirmiers...)
- les professionnels du médico-social
 - maisons de retraite
 - Institut Médico-Educatif (IME)
 - Etablissement et Service d'Accompagnement par le Travail (ESAT)...
- les citoyens bretons
- **les aidants**
Un aidant est une personne qui vient en aide à une personne malade, une personne en situation de handicap ou en perte d'autonomie.
- les élus (maires, présidents de Conseil Départemental...)

Leurs observations ont permis de réaliser

le Projet Régional de Santé (PRS).

Le PRS est organisé en 3 parties.

Ces 3 parties sont :

- le Cadre d'Orientation Stratégique (COS)
- le Schéma Régional de Santé (SRS)
- le Programme Régional sur l'Accès à la Prévention et aux Soins des personnes les plus démunies (PRAPS).

Le Cadre d'Orientation Stratégique, c'est quoi ?

Ceux sont les grands objectifs et les résultats attendus sur une durée de 10 ans.

Ces objectifs sont :

- améliorer l'état de santé de la population
- améliorer l'accès à la prévention autour de la santé (cancer, vaccins, bilan de santé...)
- donner accès à un accompagnement à la santé et à la vie de tous les jours
- lutter contre les différences entre les personnes dans l'accès aux soins
- lutter contre les différences d'accès aux soins en fonction du lieu d'habitation.

Le Schéma Régional de Santé, c'est quoi ?

C'est une évaluation des besoins en santé pour la Région Bretagne.

C'est un projet avec des objectifs réalisables à mettre en place sur une durée de 5 ans.

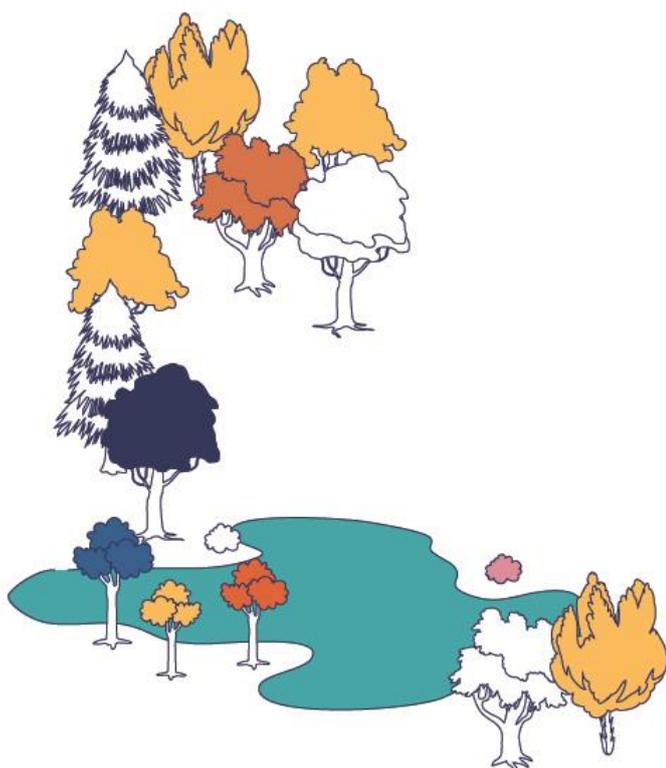
Le Programme Régional sur l'Accès à la Prévention et aux Soins des personnes les plus démunies, c'est quoi ?

Le programme est fait pour 5 ans.

Ce programme concerne les personnes fragiles et en grandes difficultés.

Il permet de mettre en place les mêmes droits à la santé pour tout le monde.

Les 10 défis pour la santé de demain



Prévention et promotion de la santé

Améliorer l'espace de vie des citoyens bretons pour proposer de bonnes habitudes de vie pour la santé.

Attirer l'attention sur les comportements positifs pour la santé :

- encourager une alimentation équilibrée
- encourager une activité physique
- agir et informer contre **les addictions**

Une addiction est quelque chose dont on ne peut plus se passer comme la cigarette, l'alcool, les drogues, le sucre...

- agir pour un espace de vie sain
- favoriser **le dépistage**

Le dépistage, c'est la recherche pour soigner le plus tôt possible une personne.

- favoriser la vaccination.



Pouvoir se soigner

Trouver à côté de ma maison, de mon travail, un médecin, un hôpital, une information, pour ma santé.

Autonomie et inclusion

Repérer les personnes en perte d'autonomie.

Aider à mieux vivre les situations de handicap ou de vieillissement.

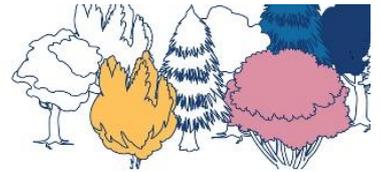
Soutenir les aidants.

Les aidants ont besoins de professionnels de santé pour les aider à prendre soin de leur proche.



Une seule santé

Prendre en compte les liens entre la santé humaine, la santé animale et la nature.



Anticipation et gestion des crises

Réorganiser les services de santé pour être prêt à réagir aux situations exceptionnelles et aux nouveaux risques.

Epidémie, attentat, **cyberattaques**, ...

Une épidémie, c'est un virus qui contamine très vite plusieurs personnes.

Une cyberattaque est une attaque informatique.

Soutenir les métiers de la santé

Former beaucoup plus de professionnels de santé.

Être attentif au bien-être des professionnels.

Donner envie et aider les professionnels de santé à s'installer dans les villes et les campagnes.

Donner envie aux professionnels de rester dans les établissements de santé :

- les hôpitaux
- les foyers pour les personnes en situation de handicap
- les foyers pour les personnes âgées.



Solidarité

Mieux tenir compte des conditions de vie de la personne
et de son état de santé.

Naissance, chômage, isolement, violence...

Qualité et innovation

Développer l'utilisation de l'informatique pour :

- les résultats d'analyse médicale, **les radiologies**

La radiologie est une image
qui permet de regarder l'intérieur du corps.

- **les télé consultations**

La télé consultation permet de consulter un médecin
par vidéo de chez soi.



Continuer les recherches qui permettent
de mieux comprendre les maladies.

Ces recherches permettent d'adapter les traitements
pour mieux soulager les patients.

Encourager les organisations du secteur de la santé
à trouver de nouvelles solutions
pour mieux travailler.

Améliorer la sécurité autour du patient :

- les données personnelles du patient
- le contrôle des professionnels de santé
- le respect du protocole pendant
la distribution des médicaments.



Améliorer les informations transmises aux patients.

Les informations transmises aux patients

doivent être facile à comprendre.

Apporter à chaque patient une prise en charge adaptée

à sa situation et respectueuse de sa personne.

Partenariat et participation citoyenne

Amener les citoyens, les services de santé et les services de l'Etat

à travailler ensemble :

- les services de l'Etat (Agence Régionale de Santé, Haute Autorité de Santé, Préfecture, Education nationale...)
- les Collectivités (mairies, départements, région...)
- l'assurance maladie
- les associations de malades
- les citoyens bretons.

Parcours de santé et de vie

Développer les échanges entre professionnels

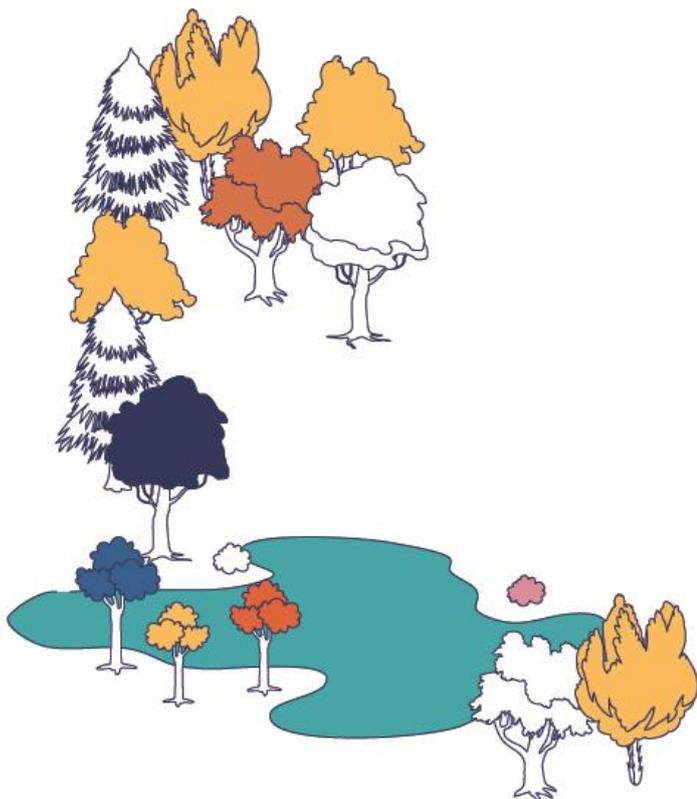
pour améliorer la prise en charge

des patients qui ont :

- une maladies de longue durée : diabète, asthme, épilepsie...
- un handicap
- une perte d'autonomie en vieillissant.

Les parcours de santé dans vos espaces de vie

Les pages suivantes sont la traduction
du parcours de santé
du document « agissons ensemble pour notre santé »



Lieux de citoyenneté et espaces publics

Prévention et promotion de la santé

Encourager les personnes qui ont peu d'activité physique à sortir de leur maison.

Augmenter les activités physiques pour les patients atteints de maladies : cancer, diabète, maladie du cœur, en surpoids...



Autonomie et inclusion

Augmenter les groupes d'informations et d'activités avec les personnes âgées et en situation de handicap pour leur permettre de faire des choses seules, le plus longtemps possible :

- l'alimentation
- les activités physiques et le sport (marche, jardinage, vélo...)
- la vie affective et sexuelle.

Partenariat et participation citoyenne

Travailler avec les mairies, les quartiers,
les communautés de communes
pour apporter aux habitants
un environnement favorable à une bonne santé.



- aménager des espaces verts
- aménager des voies piétonnes
- organiser des réunions avec les populations pour partager les avis et les besoins
- amener les professionnels de la santé vers ceux qui ne peuvent pas se déplacer.

Parcours de santé et de vie

Accompagner les parents et les enfants
depuis la grossesse jusqu'aux 2 ans de l'enfant.
Organiser des rencontres avec les professionnels de santé.
Répondre au mal être des jeunes et des familles.
Ouvrir plus de lieux d'accueil pour avoir :



- une écoute
- un soutien
- un accompagnement.

Sensibiliser dès le plus jeune âge
à la différence de l'autre.



Dans les établissements et chez les professionnels de santé

Prévention et promotion de la santé

Proposer plus de journées de prévention,
de sensibilisation pour la population :

- vaccination, grippe, rubéole, COVID...
- dépistage du cancer, Infections Sexuellement Transmissibles (IST)
- bilan de santé gratuit
- explications sur les risques liés aux produits dangereux utilisés dans la nature, dans les maisons.



Pouvoir se soigner

Faciliter l'accès chez le médecin
sans prendre de rendez-vous.

Mettre en place de nouvelles organisations de travail
pour que les professionnels de santé
soient moins débordés.

Les professionnels de santé peuvent s'aider entre eux.

Le pharmacien peut faire des vaccins.



Cela permet au médecin de recevoir plus de malade.

Aider les professionnels de santé

à s'installer dans les villes et les villages.

Tout le monde doit pouvoir avoir accès aux soins.

Demander l'avis d'un professionnel de santé

avant d'aller aux urgences à l'hôpital :

- en appelant son médecin
- en appelant le 15, le SAMU.

Anticipation et gestion des crises

Accompagner les établissements dans leurs actions écologiques :

- pour faire des économies d'eau et d'électricité
- pour réduire les déchets
- pour manger des produits locaux.

Accompagner et former les professionnels de santé à se préparer :

- aux épidémies
- aux attentats
- aux catastrophes naturelles
- aux cyberattaques.

Soutenir les métiers de santé

Améliorer la qualité de vie au travail

des professionnels de santé :

- informer sur les risques au travail
- former plus de professionnels
- mettre en place des temps d'échanges
entre les citoyens bretons, les professionnels de santé
et les établissements.

Qualité et innovation

Développer **Mon espace santé**.

Mon espace santé c'est mon dossier médical
que je peux consulter sur internet.



Développer **la télé consultation et la télé expertise**.

La télé consultation, c'est un rendez-vous

avec un médecin spécialisé qui est loin de chez moi.

A travers l'écran, le médecin peut me donner un avis médical.



La télé expertise est un partage d'avis entre médecins
sur mon état de santé.

Garantir la qualité et la sécurité des soins.

Contrôler et vérifier que les services de santé
fonctionnent comme il faut.

Former les professionnels de santé

pour améliorer l'accompagnement des citoyens bretons.

Partenariat et participation citoyenne

Encourager les professionnels de santé
à travailler avec **les patients partenaires**.

Un patient partenaire partage ses expériences
avec d'autres malades qui souffrent
de la même maladie que lui.

Parcours de santé et de vie

Rendre plus facile les relations
entre les professionnels et les structures de santé.

Bien prendre en charge les personnes dans les :

- hôpitaux
- cliniques
- maisons de retraite
- maisons médicales.

Proposer des groupes de paroles
pour apprendre à mieux vivre avec sa maladie,
sa fatigue, sa douleur, son traitement.

Dans ma vie de tous les jours, à l'école ou au travail

Prévention et promotion de la santé

Avertir et informer les nouveaux parents

sur les dangers **des polluants**

pour protéger la santé de leur bébé.



Les polluants sont des produits dangereux pour la santé.

On peut les trouver dans :

- les produits d'hygiène
- les produits d'entretien pour la maison
- certaines vaisselles.

Pouvoir se soigner

Permettre aux personnes en situation de handicap

de se soigner en ville et à l'hôpital.

Accueillir plus facilement les enfants en situation de handicap dans les écoles.

Repérer le plus tôt possible les personnes avec des troubles du comportement liés à un handicap.

Permettre aux personnes d'être mieux accompagnées dans leur parcours de vie.

Aider les personnes en situation de handicap à trouver un travail qu'elles aiment.

Faire évoluer les conditions d'accueil en établissement à durée limitée pour permettre :

- aux personnes âgées de rester plus longtemps à la maison
- aux personnes âgées d'être accompagnées
- aux familles d'avoir du temps libre pour se reposer.



Soutenir les métiers de la santé

Augmenter les formations professionnelles des métiers de la santé :

- créer des centres de formation
- créer plus de places dans les centres de formation
- développer **le tutorat** entre professionnels

Le tutorat, c'est expliquer son métier à une personne en formation.



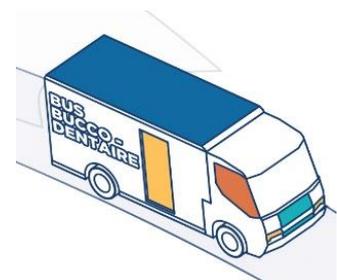
Accompagner le développement des nouveaux métiers pour faciliter le travail des professionnels de santé auprès de leurs patients.

Solidarité

Permettre aux personnes en difficulté d'avoir plus facilement accès aux médecins, aux dentistes et aux infirmiers.

Mettre en place plus de véhicules qui permettent de proposer des soins au plus près des lieux de vie des personnes qui en ont besoin :

- bus buccodentaire pour les dents
- bus de radiologie pour faire des radios
- bus d'ophtalmologiste pour les yeux.

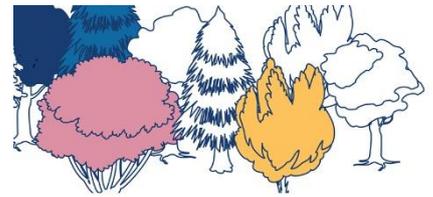


Lieux de vie partagés

Prévention et promotion de la santé

Encourager les enfants à manger de tout,
des fruits, des légumes, de la viande, du poisson.

Fabriquer des produits de l'alimentation
en respectant la nature et les animaux.



Organiser des sorties dans la nature avec des associations
pour comprendre la vie des animaux, des insectes.

La Bretagne est exposée au **Radon**.

Le radon est un gaz cancérigène
qui vient du sol en **granit**.

Le granit est une roche.

Il est important de surveiller la qualité de l'air
dans les bâtiments construits sur un sol en granit.

Il est demandé à la population d'ouvrir les fenêtres
10 minutes tous les jours.

Il faut expliquer les risques du radon à la population.

Pouvoir se soigner

Proposer plus de soins à la maison pour permettre aux personnes de rester chez elles le temps de leur maladie.

Une seule santé

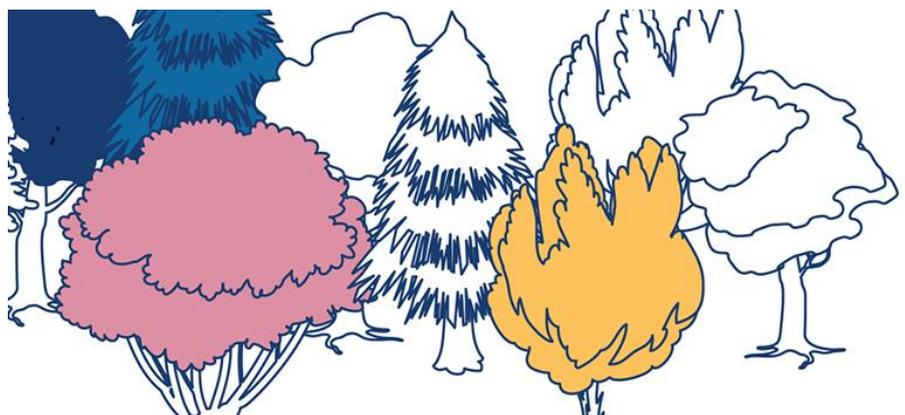
Faire de la prévention sur les maladies qui se transmettent.

Eviter la transmission des maladies animales à l'Homme.

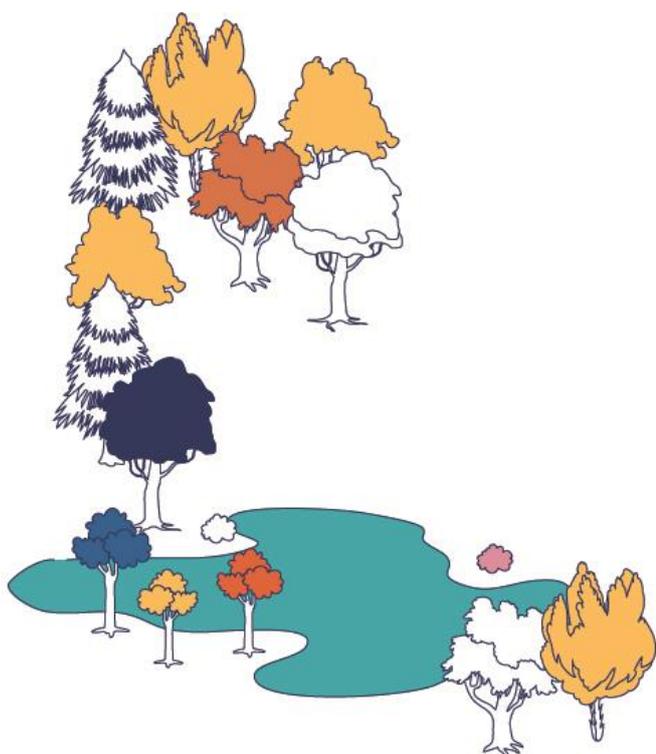
Garder les effets positifs des antibiotiques.

Les antibiotiques doivent être utilisés

seulement pour certaines maladies.



Témoignages de parcours de vie



Arnaud, en situation de handicap



Arnaud souffre d'un handicap.

Se faire des amis, aller se promener,

faire des courses, travailler,

toutes ces actions sont compliquées pour Arnaud.

Depuis 3 ans, Arnaud est dans un groupe de personnes

qui souffrent du même handicap que lui.

Ensemble, ils font de la marche, de la cuisine

et d'autres activités.

Les activités permettent à Arnaud de reprendre

confiance en lui.

Il réfléchit à reprendre ses recherches

pour retrouver un travail et un logement

adapté à son handicap.

Le groupe d'entraide a beaucoup aidé Arnaud.

En retour, Arnaud prend beaucoup de plaisir

à s'investir dans le groupe.

Maryvonne, résidente en maison de retraite



Maryvonne a 88 ans.

Maryvonne est tombée plusieurs fois chez elle.

Pour sa sécurité, elle vit depuis 1 an

à la maison de retraite.

Maryvonne a été accompagnée par des professionnels de santé.

Grâce à cet accompagnement,

Maryvonne reprend confiance en elle.

Aujourd'hui, Maryvonne est autonome

dans ses déplacements.

Aurore et Gabriel



Aurore a eu un bébé, Gabriel.

Elle fait partie des bénéficiaires du programme :

« 1000 premiers jours »

Ce programme permet à Aurore et Gabriel

d'être suivi du début de la grossesse

jusqu'aux 2 ans de Gabriel.

Toutes les femmes et les enfants

peuvent bénéficier de ce programme.

Pour le bien être de son bébé,

Aurore a été suivie par une sage-femme.

La sage-femme a donné des conseils pour :

- arrêter de fumer
- préparer l'arrivée de Gabriel
- s'occuper de Gabriel
- vacciner Gabriel.

Aurore a participé à des ateliers collectifs organisés

par la maternité.

Elle a été conseillée dans le choix des matériaux non polluants

et de bonne qualité pour aménager

la chambre de Gabriel.

Monique



Monique est diabétique.

Elle a trop de sucre dans le sang.

Le médecin traitant a conseillé à Monique
de participer à un programme.

Elle a participé à des activités.

Une diététicienne l'a aidée à adapter son alimentation.

Tout cela peut l'aider à réduire son diabète.

Grâce au programme, Monique a découvert la marche nordique qu'elle
pratique plusieurs fois par semaine.

Monique a réduit ou supprimé certains aliments
qui ne sont pas bons pour sa santé.

Monique a encouragé ses proches à suivre
ses nouvelles habitudes alimentaires.

La famille de Monique prend plaisir à manger comme elle.

Le médecin a adapté son traitement médical.



Laurent a une maladie au cœur.

Il est suivi tous les mois

dans un cabinet médical où se trouve

son médecin traitant et des Infirmiers

en Pratique Avancée (IPA).

Il se sent rassuré par l'accompagnement

des professionnels du cabinet médical.

L'IPA répond aux besoins de Laurent.

Si Laurent se sent fatigué,

l'IPA peut faire des examens supplémentaires

et revoir le traitement.

L'absence de l'IPA au cabinet médical demanderait à Laurent

de consulter les urgences de l'hôpital

car il ne pourrait pas toujours voir son médecin.



Au moment de quitter son travail,

Alain commence à avoir des signes

d'un Accident Cardio-Vasculaire (AVC).

Sa bouche et son visage paraissent déformées,

il n'arrive pas bien à parler.

Ses collègues de travail appellent tout de suite le SAMU (15).

A l'hôpital, il est vite pris en charge par les médecins.

Grâce à la télé expertise,

plusieurs médecins d'hôpitaux différents

ont validé l'AVC.

Alain a pu bénéficier de soins en moins de 4 heures.

Alain a eu des séances de rééducation

pendant plusieurs mois.

Grâce à la réaction rapide de ses collègues

Alain va beaucoup mieux aujourd'hui.



Agence Régionale de Santé Bretagne
6 place des Colombes
CS 14253-35042 Rennes Cedex

www.bretagne.ars.santé.fr

Téléphone : 02 90 08 80 00



Ce document a été transcrit en Facile à Lire et à Comprendre
Par l'atelier FALC de l'ESAT de Cornouaille
des Papillons Blanc du Finistère.

