

NEWSLETTER N°16

Janvier 2026



Toute l'équipe de la CPTS Terre des sources lozère'EST vous adresse ses **meilleurs vœux** pour cette nouvelle année 2026 !

Que cette année vous apporte **santé, réussite et épanouissement**, tant sur le plan **professionnel** que **personnel**.

Nous profitons également de cette occasion pour vous rappeler le **renouvellement de votre adhésion** pour l'année 2026.

Votre engagement est essentiel pour continuer à développer nos actions, **renforcer la coordination** entre les **professionnels de santé** et **améliorer l'accompagnement** de nos patients.

Nous vous remercions par avance pour **vos** fidélité et votre soutien, et nous nous réjouissons de **poursuivre** notre collaboration en 2026.

Pour renouveler votre adhésion :

[Cliquez ici](#)

Retour sur ...

Journée Santé Femme à Grandrieu !



Le **vendredi 21 novembre**, la **CPTS**, en partenariat avec la **CCSS**, a organisé une **journée Santé Femme** à la **Maison Médicale de Grandrieu**.

Cette journée de prévention était dédiée aux femmes de **25 à 74 ans** n'ayant pas réalisé leurs dépistages. Trois dépistages essentiels étaient proposés : le col de l'utérus (frottis), le sein (prise de rendez-vous pour une mammographie) et le colon (remise de kits).

Malgré une participation limitée en raison des conditions météorologiques, **chaque dépistage réalisé est important**. La CPTS remercie chaleureusement les participantes ainsi que les professionnels de santé pour leur engagement et leur mobilisation.

Moi(s) Sans Tabac à Langogne !



À l'occasion du **Mois Sans Tabac**, la CPTS a participé à la journée de prévention organisée à Langogne le 16 octobre. Dans ce cadre, elle a proposé une **animation autour du sucre**, en lien avec l'arrêt du tabac et les habitudes de vie.

Cette animation a été **très appréciée par les résidents du foyer de vie Saint-Nicolas**, qui ont participé avec intérêt et curiosité aux échanges. Ce temps convivial a permis d'aborder la prévention de manière accessible et adaptée.

Merci aux partenaires et à Promotion Santé Occitanie pour l'organisation.

Action "Ma boîte à goûter équilibrée" !

Retour sur notre action de sensibilisation nutrition au club de judo de Grandrieu !

Nous avons eu le plaisir d'intervenir auprès des élèves du club de judo de Grandrieu pour un temps d'échange et de sensibilisation autour de la composition d'un goûter équilibré.

Les enfants et adolescents ont été très réceptifs, curieux et enthousiastes, avec de nombreuses questions et une belle participation tout au long de l'animation.

Ils étaient également ravis de repartir avec leur boîte à goûter en inox, prête à être remplie de goûters sains et équilibrés !

Un grand merci au club de judo pour son accueil !

Merci à Mélissa Ferreira, diététicienne, pour l'animation de cette action et son implication !



Les parcours ...

Nouvelle grille de repérage des fragilités.

ECHELLE D'AUTONOMIE ADL

L'évaluation des activités de la vie quotidienne, ou Activities of Daily Living (ADL ou AVQ pour activité de la vie quotidienne), permet de savoir si une personne a besoin d'aide humaine dans les gestes de base de la vie quotidienne.

1. Hygiène corporelle	
Indépendance	1
Aide partielle	0,5
Dépendance	0
2. Habillage	
Indépendance pour le choix des vêtements et l'habillage	1
Autonomie pour le choix des vêtements et l'habillage, mais a besoin d'aide pour se chauffer	0,5
Dépendant	0
3. Aller aux toilettes	
Indépendance pour aller aux toilettes, se déshabiller et se rhabiller ensuite	1
Besoin d'aide pour se déshabiller ou se rhabiller aux toilettes	0,5
Ne peut aller aux toilettes seul	0
4. Transfert	
Indépendance	1
A besoin d'aide	0,5
Grabataire	0
5. Continence	
Continent	1
Incontinence urinaire ou fécale occasionnelle	0,5
Incontinence urinaire ou fécale	0
6. Repas	
Mange seul	1
Aide pour couper la viande ou peler les fruits	0,5
Dépendant	0
Total des points	
Meilleur score = 6. Score < 3 = dépendance majeure ; score = 0 : dépendance totale pour toutes ces activités.	

SI LE SCORE EST > OU ÉGAL À 5/6, VOUS POUVEZ FAIRE LE RÉPÉRAGE DES FRAGILITÉS.

GRILLE DE REPÉRAGE

• **Votre patient vit-il seul ?** ☐ OUI ☐ NON ☐ NE SAIS PAS

• **Votre patient a-t-il perdu du poids au cours des 3 derniers mois ?** ☐ OUI ☐ NON ☐ NE SAIS PAS

• **Votre patient se sent-il plus fatigué depuis ces 3 derniers mois ?** ☐ OUI ☐ NON ☐ NE SAIS PAS

• **Votre patient a-t-il plus de difficulté pour se déplacer depuis ces 3 derniers mois ?** ☐ OUI ☐ NON ☐ NE SAIS PAS

• **Votre patient se plaint-il de la mémoire ?** ☐ OUI ☐ NON ☐ NE SAIS PAS

• **Votre patient a-t-il une vitesse de marche ralentie (plus de 4 secondes pour parcourir 4 mètres) ?** ☐ OUI ☐ NON ☐ NE SAIS PAS

Si vous avez répondu OUI à une de ces questions : Votre patient vous paraît-il fragile: ☐ OUI ☐ NON

Si oui, pourquoi:

.....

.....

.....

.....

ADRESSAGE

Nom et prénom:

Date de naissance:

Lieu de Naissance:

Numéro de téléphone:

Médecin traitant:

Pré-fragilités ou fragilités repérées :

- ☐ Nutrition
- ☐ Mémoire
- ☐ Humeur
- ☐ Vision
- ☐ Mobilité
- ☐ Audition

Type d'actions préconisées :

- ☐ Séances de :
 - ☐ Diététique
 - ☐ Psychologie
 - ☐ Activité physique adapté
 - ☐ Sophrologie
 - ☐ Ostéopathie

☐ Réunion de concertation cas complexe

☐ Orientation vers un spécialiste

Le patient souhaite:

- ☐ être contacté par la CPTS
- ☐ contacter lui-même la CPTS

CONTACTS DE LA CPTS AU DOS →

L'année dernière, nous avons organisé un **groupe de travail afin de faire le point sur la démarche ICOPE** et sur le dépistage des fragilités chez les personnes de plus de 60 ans. Ensemble, nous avons constaté que la démarche ICOPE était **complexe à mettre en œuvre** pour une grande majorité des professionnels de santé. Nous avons donc décidé de **co-construire une grille de repérage simplifiée**.

Après plusieurs mois de travail, cet outil est désormais finalisé:

Télécharger l'outil

Le jeudi 4 décembre, a eu lieu une visio au cours de laquelle nous avons **présenté cet outil ainsi que ses modalités d'utilisation**.

Vous pouvez dès à présent télécharger le replay via le lien suivant :

Replay de présentation de l'outil

Accès aux soins

Protocole de coopération local : Prise en charge de la douleur dentaire par le pharmacien d'officine

La CPTS travaille depuis plusieurs mois à l'élaboration d'un protocole de coopération local intitulé :

« **Évaluation clinique et prescription d'antalgiques et d'antiseptiques oraux dans un contexte de douleur dentaire aiguë chez les patients de plus de 15 ans, par le pharmacien d'officine, en première intention, lorsque ni le médecin généraliste ni le chirurgien-dentiste ne sont immédiatement disponibles.** »

La visioconférence de présentation du protocole relatif à la prise en charge des douleurs dentaires par le pharmacien d'officine s'est tenue le jeudi 11 décembre. Le replay est désormais disponible:

[Télécharger le replay](#)

Prochaines étapes, la formation des professionnels délégués et la déclaration des équipes auprès de l'ARS.



Lancement de la téléconsultation Assistée en cardiologie

Les **CPTS Terre des Sources Lozèr'EST** et la **CPTS Entre Causses et Aubrac** lancent, en partenariat avec le **Dr Abdelkader Ziani**, un **dispositif de téléconsultation assistée en cardiologie**.

À compter de **janvier 2026**, une **demoi-journée de téléconsultation par mois** sera proposée aux patients orientés par leur médecin traitant. Les premières dates programmées sont les **jeudis 22 janvier, 19 février et 19 mars 2026**.

La consultation se déroule à distance avec le cardiologue, en présence d'une **Infirmière en Pratique Avancée, Audrey Crespin**, au **cabinet médical de Rieutort-de-Randon**. Elle assure l'accueil du patient, la préparation du dossier médical et la réalisation d'un ECG.

Comment orienter vos patients vers une téléconsultation ?

- Invitez-les à prendre rendez-vous directement auprès d'Audrey Crespin :
07 89 50 90 85
- Vérifiez qu'ils se présentent avec un **dossier complet** :
 - courrier d'orientation,
 - ordonnances à jour,
 - biologie récente.



Mémoires et thèses

La CPTS reçoit des demandes de diffusion d'enquêtes auprès des professionnels de santé. Afin de ne pas vous inonder de demandes, nous diffuserons ces questionnaires dans notre newsletter.

Questionnaires à destination des médecins :

- Prise en charge de la dépression chez les personnes âgées en médecine générale.
- Dépistage des infections bactériennes sexuellement transmissibles chez des hommes ayant des relations avec des hommes asymptomatiques en Occitanie.
- Orthoptistes et médecins généralistes : relations, enjeux et perspectives d'une collaboration au service des soins visuels primaires
- Etat des lieux des connaissances, de la pratique et des besoins des médecins généralistes dans la prise en soin de la presbyphagie

Questionnaire à destination des kinésithérapeutes:

- Prévention secondaire du Syndrome de la Bandelette Ilio-Tibiale (SBIT) chez le coureur récréatif
- Modalités de renforcement musculaire dans la prise en charge des utilisateurs de fauteuil roulant manuel
- Dépistage du REDs (Relative Energy Deficiency in Sport) chez les sportives
- Détection de consommation de substances psychoactives chez les adolescents
- Evaluation de la douleur chez les enfants polyhandicapés non communicants verbalement

Questionnaire à destination des orthophonistes:

- Les violences envers les femmes orthophonistes françaises exerçant en libéral.



CPTS Terre des Sources Lozère'EST

route de la tuilerie, 48300, Langogne

cpts.sourcesdelallier@gmail.com

06 76 99 68 13

[Se désinscrire](#)

Envoyé avec

Brevo