



BULLETIN D'INFORMATION DE LA COMMUNAUTÉ DE COMMUNES DU TERNOIS

TERNOISCOM INFOS

Numéro spécial COVID-19



LE SERVICE JEUNESSE EN TÉLÉTRAVAIL

ÉDITO DU PRÉSIDENT

CONFINÉS MAIS ACTIFS !

Après avoir pris toutes les mesures que vous connaissez depuis maintenant un peu plus d'un mois, la Communauté de Communes du Ternois continue de s'organiser afin de maintenir le contact avec les administrés, les communes, les services et l'ensemble des acteurs et partenaires du territoire.

Il est impératif d'assurer le maintien des missions essentielles à la vie collective : ramassage des ordures ménagères, livraison des repas à domicile, continuité des suivis de dossiers RSA, des aides aux publics en difficultés...et bien entendu soutenir les entreprises afin qu'elles puissent assurer la continuité de leurs services grâce à notre dispositif TernoisCom Entreprises.

Je remercie chaleureusement nos agents qui oeuvrent chaque jour pour vous apporter les services, les réponses, et les aides nécessaires à toutes et tous.

TernoisCom a souhaité afficher son soutien aux personnels soignants en posant aux entrées des établissements des banderoles. Nous avons d'ailleurs beaucoup de retours positifs de la part du personnel soignant. Ce message les a sans doute apaisés, un instant, avant de reprendre leur indispensable travail, pour nous tous. Je leur renouvelle mes remerciements et tout mon soutien.

En parallèle, notre FABLAB (laboratoire de fabrication numérique situé place Lebel à Saint-Pol) contribue à la lutte contre le covid-19 en créant chaque jour une quinzaine de visières grâce à nos imprimantes 3D. Celles-ci sont distribuées aux services soignants du territoire. Mettons nos savoir-faire en avant !

D'ailleurs beaucoup de «couturières solidaires» s'activent chaque jour pour fournir des masques. Nous les remercions.

Ce message est martelé depuis plus d'un mois maintenant, mais on ne le répètera jamais assez, il est impératif que vous restiez chez vous et évitiez les déplacements sauf pour des actes indispensables.

Pensez à respecter les règles essentielles qui ont été données, ce virus ne touche pas que les autres, et nous devons être solidaires.

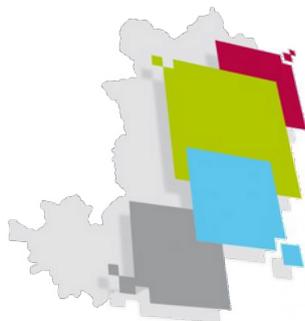
N'hésitez pas à suivre notre actualité sur les réseaux sociaux : des activités, des conseils.. sur notre page Facebook «Ternoiscom». De belles ressources vous sont proposées et notre service communication reste à votre écoute et répond à vos interrogations.

Prenez soin de vous et de vos proches. A très bientôt

Marc Bridoux, Président

LA COMMUNAUTÉ DE COMMUNES À L'HEURE DU CONFINEMENT

DURANT LE CONFINEMENT L'ENSEMBLE DES SERVICES DE TERNOISCOM RESTENT À VOTRE DISPOSITION ET AU SERVICE DE LA POPULATION.



TERNOISCOM
— TERRE D'AVENIR —

En effet, bien organisés en télétravail, ils sont présents pour assurer la continuité du service public ainsi que pour répondre à vos questions face à cette situation sans précédent. Le confinement a obligé nos services à réorganiser le travail à distance. Ils sont tous joignables par téléphone ou par mail. Le secrétariat assure la correspondance entre le Président, les différents services et partenaires.

Le service assainissement continue les instructions des dossiers (dossiers de raccordement sur le collectif ... ainsi que les réhabilitations ou dossiers neufs en assainissement non collectif). Les avis concernant les demandes de permis de construire ainsi que les Certificat d'urbanisme continuent à fonctionner en lien avec le service urbanisme.

Notre service urbanisme souhaite informer la population que l'instruction des dossiers se poursuit bien que les délais soient suspendus depuis le 12 mars 2020.

Nous nous efforçons de pouvoir rendre des avis sur les dossiers dès que nous bénéficierons de tous les éléments nécessaires et dès que les services consultés nous auront apporté leur avis.

Le service finances continue d'honorer ses dépenses au fur et à mesure de l'arrivée des factures pour ne pas mettre en plus grandes difficultés les fournisseurs et entreprises concernées.

Le service environnement poursuit les projets dans ce contexte en travaillant avec les bureau d'étude déjà désignés et les partenaires (SYMCEA, SYMSAGEL, Chambre d'agriculture) sur la définition de

scénarios d'aménagement.

Lors de l'épisode orageux du 17 avril 2020, le service assure également une disponibilité auprès des élus afin de considérer les problématiques connues dans les communes. Des pistes de réflexion sont proposées afin de trouver des solutions d'aménagement des territoire pour réduire les effets des ruissellements et des coulées boueuses.

En partenariat avec le service technique, les ouvrages existants font l'objet de contrôles et de remise en état à la suite des dégâts occasionnés. »

Vous l'avez compris, l'ensemble des services de TernoisCom continue à fonctionner. Même les cours de notre école de musique intercommunale sont assurés (et très appréciés), en vidéo, avec les professeurs !

LES ADRESSES E-MAIL DE NOS SERVICES EN TÉLÉTRAVAIL



LES SERVICES TERNOISCOM ÉTANT FERMÉS, VOUS POUVEZ LES CONTACTER PAR MAIL :

Le service de repas à domicile assure les livraisons.
repasdom@ternoiscom.fr ou 09.78.06.53.26

Siège de la Communauté de Communes et les permanences :
r-secretariat@ternoiscom.fr

Assainissement : r-assainissement@ternoiscom.fr

Urbanisme et Environnement: r-urbanisme@ternoiscom.fr

Culture et Médiathèques : r-culture@ternoiscom.fr

Parentalité : parentalite@ternoiscom.fr

Enfance : r-enfance@ternoiscom.fr

Santé : sante@ternoiscom.fr

Espaces Publics Numériques : epn-frevent@ternoiscom.fr

FABLAB : fablab@ternoiscom.fr

Ecole de Musique : ecolemusique-stpol@ternoiscom.fr

Piscine de Frévent : r-piscine@ternoiscom.fr

Donjon de Bours : r-donjon@ternoiscom.fr

Services jeunesse et les différents accueils de loisirs :
jeunesse@ternoiscom.fr

CIAS : r-cias@ternoiscom.fr

Collecte (sauf ramassages des bacs noirs et jaunes) :
r-collecte@ternoiscom.fr

PETR : contact@petrternois7vallees.fr

Développement économique, pépinière de Frévent et Bâtiment

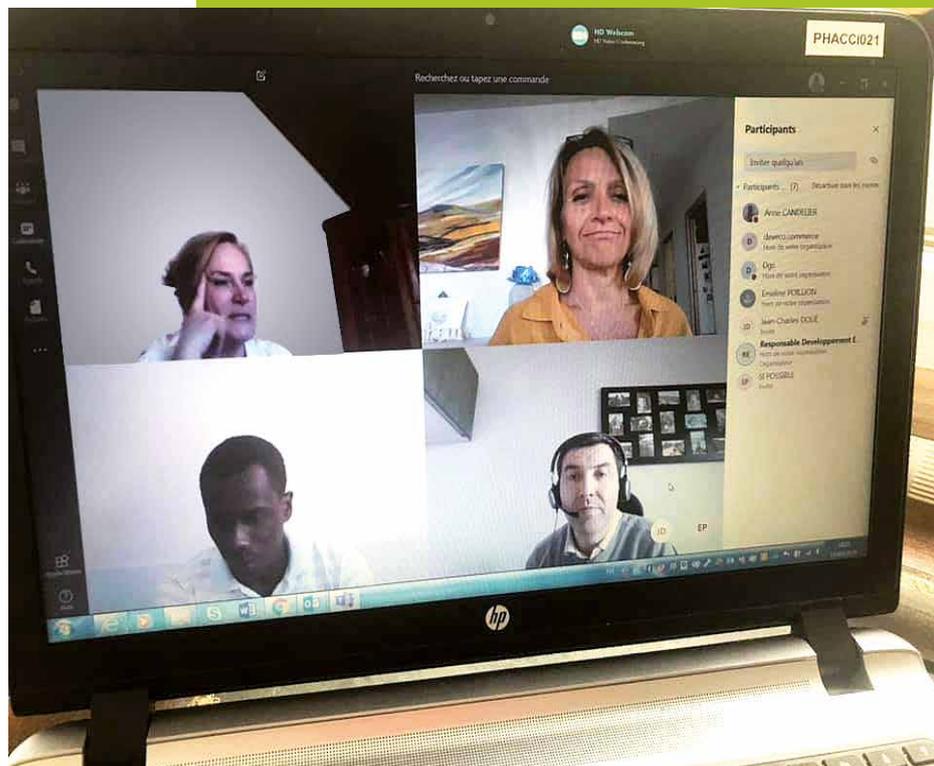
Relais : r-deveco@ternoiscom.fr

Communication : communication@ternoiscom.fr

TernoisCom Entreprises

À vos côtés pendant la crise sanitaire

Notre organisation territoriale, Ternoiscom Entreprise, guichet unique des entreprises prend d'autant plus son sens en pareille situation de crise sanitaire.



Notre travail partenarial permet aux entreprises une prise en compte, un traitement, une orientation rapide de leurs demandes. Ternoiscom entreprise n'est pas une cellule d'urgence mais elle agit en continuité du service rendu aux entreprises depuis 3 ans.

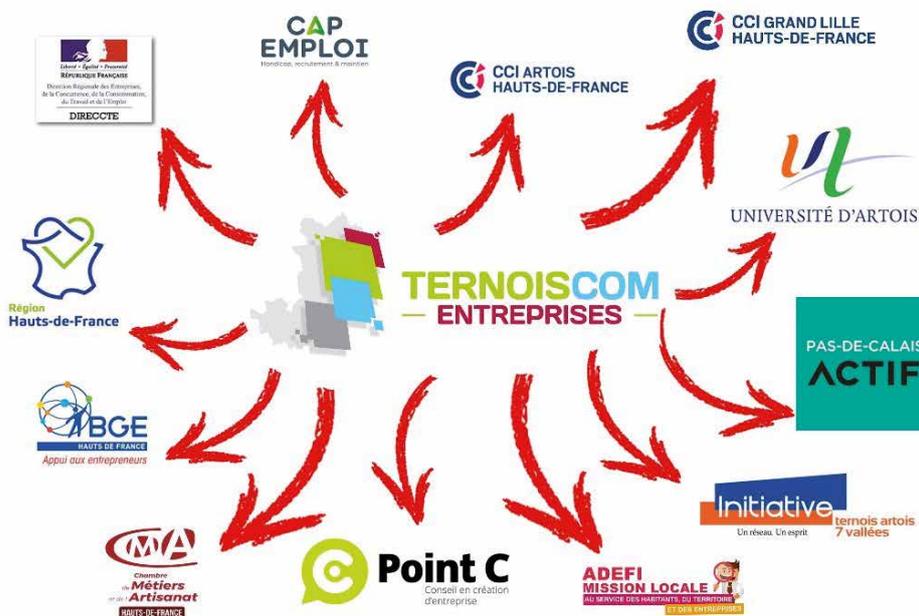
Nous mesurons l'efficacité de ce travail partenarial chaque jour. En effet, nous agissons en appels entrants et sortants. Chaque demande est propre à l'entreprise, nous répondons à chacune dans un souci de « cousu main ». Nous donnons une articulation aux mesures d'Etat mobilisables.

Depuis le début du confinement, nous sommes passés d'un point mensuel, à un point hebdomadaire avec nos partenaires (CCI CMA BGE ITA Pas de Calais Actif, Point C..) par le biais de la visioconférence. Chaque

jour, le service du Développement Economique fait un point avec les services de l'Etat sur les mesures, ces dernières sont partagées et diffusées sur nos réseaux et/ou par mail aux entreprises.

Nous avons accru notre relation avec la banque de France au profit des entreprises, notamment au travers du prêt garanti Etat.

Notre organisation territoriale est d'autant plus reconnue par les services de l'Etat tant elle est unique et très efficace. Après 4 semaines d'analyse des besoins, nous pouvons noter que les entreprises ont apprécié cet accompagnement. Le Service Développement Economique a impulsé avec le PETR une mise à jour des producteurs locaux et leurs nouvelles organisations (vente sur place, livraisons, tournées) afin de permettre aux habitants du Ternois, une visibilité pour l'approvisionnement local.



Les commerçants que nous accompagnons depuis le début, contraints à la fermeture de leurs boutiques, s'organisent, produits en ligne (réservation, expédition).

Toutes les mesures, toutes les informations sont disponibles sur notre Facebook Ternoiscom Développement Economique et sur le site de TernoisCom.





Les ramassages des bacs noirs et jaunes continuent !

En raison des mesures gouvernementales exceptionnelles prises par le Président de la République, le service collecte a dû être réorganisé pendant toute la période de confinement.

Le ramassages des bacs noirs et jaunes continuent, tout en respectant des consignes strictes et précises.

Pour maintenir ce service de collecte des déchets, il est également indispensable de protéger les agents qui l'assurent. Pour cela, quelques consignes simples sont à respecter : placez vos lingettes et mouchoirs usagés dans des sacs fermés, ne déposez rien à côté des bacs et conteneurs, fermez correctement vos sacs poubelle, et désinfectez régulièrement vos bacs (en priorité le couvercle et la poignée).

Il est toujours possible de se rendre aux containers papier-carton disposés sur vos communes depuis février ainsi qu'aux containers destinés au verre. Ils sont ramassés à la demande des mairies. N'oubliez pas de respecter les consignes de sortie : remplir votre attestation de sortie, munissez vous de votre carte d'identité et ne dépassez pas la limite d'1 kilomètre autour de votre domicile. D'avance merci de votre compréhension et de votre solidarité face à cette situation.

Les déchèteries sont réouvertes depuis le samedi 18 avril

Les 5 déchèteries de Ternois Com (Auxi-le-Château, Fontaineles-Boulans, Frévent, Pernes en Artois et Saint-Pol-sur-Ternoise) sont réouvertes depuis le samedi 18 avril à 9h00, pour les professionnels mais aussi pour les particuliers.

Pour vous y rendre, il convient de vous munir de votre attestation dérogatoire. La préfecture du Pas-de-Calais, contactée par le Président, préconise de cocher la seconde case de l'attestation de déplacement dérogatoire :

« Déplacements pour effectuer des achats de première nécessité dans des établissements dont les activités demeurent autorisées. » (pour les particuliers), les professionnels auront leur attestation.

Les mesures de précautions sanitaires suivantes seront appliquées :

- un seul véhicule à la fois aura accès sur le site de la déchèterie (muni de l'attestation),
- l'agent portera masque et gants,
- la distance de sécurité sanitaire de 1m sera respectée.

En été, les déchèteries sont ouvertes du mardi au samedi de 9h à 12h et de 14h à 18h





Les bons gestes de tri pour protéger les équipiers de collecte face au COVID-19

Enfermez vos



masques chirurgicaux de protection



gants et textiles sanitaires



mouchoirs en papier à usage unique



dans un double sac de protection dédié, résistant, pouvant être fermé et conservez-le 24 heures



avant de le placer avec vos autres ordures ménagères



Il est **interdit** de les mettre avec les déchets recyclables

GARANTIR LES SERVICES ESSENTIELS

Dans ce contexte exceptionnel de crise sanitaire, la Communauté de Communes a mis en place un plan de continuité d'activité, pour garantir la poursuite des services essentiels aux habitants.

LE SERVICE DE REPAS À DOMICILE

Depuis le début du confinement décrété par le gouvernement pour tenter d'enrayer la propagation du coronavirus Covid-19, les seniors sont nombreux à souffrir de l'isolement imposé.

Le service de portage de repas à domicile assure ses livraisons au quotidien, mais il est également en capacité d'accueillir de nouvelles demandes.

«Maintien du lien social malgré les gestes barrières»

Par nature, le service de portage de repas à domicile fait l'objet de procédures d'hygiène strictes. Afin de rassurer chacun, d'assurer le maintien de ce service et de lutter efficacement contre la propagation du coronavirus, ces mesures d'hygiène ont été renforcées, et les professionnelles sont équipées de matériels de protection adaptés.

Une réelle mutualisation des moyens des familles et du service s'est mise en place de manière

quasi immédiate. En effet, nous assurons une livraison adaptée à chaque usager, et donc à chaque situation. Ainsi par exemple, certaines livraisons se réalisent au moyen de sac isothermes (mis à disposition par les familles) déposés au-devant du domicile, qui désirent que le professionnel ne pénètre pas au sein de l'habitation.

Dans le respect des gestes barrières, les professionnelles du service ont à cœur de s'assurer du bien-être de chaque usager livré.

Les livraisons sont assurées les lundi, mardi, jeudi et vendredi. Les mardis et vendredis font l'objet de livraisons multiples afin d'éviter les passages trop nombreux au sein des domiciles.



Vous souhaitez bénéficier de ce service ? N'hésitez pas à contacter le service au 09.78.06.53.26

information

**CORONAVIRUS
COVID-19**

Cellule téléphonique
d'écoute et de veille

COVID-19 : DISPOSITIFS D'ÉCOUTE ET DE SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE

Des plateformes ou cellules d'écoute sont déployées au niveau national pour soutenir les personnes et les professionnels de santé pour lesquels la crise sanitaire peut générer des difficultés psychologiques (stress, angoisse, épuisement, isolement, deuil...).

**GRAND PUBLIC : 0800 130 000
PERSONNEL SOIGNANT : 0800 730 958**



TOUS SOLIDAIRES ! COMMENT APPORTER DE L'AIDE ? LE CIAS VOUS RÉPOND AU 03.21.41.88.01

Le CIAS continue à assurer ses services par télétravail notamment en ce qui concerne ses deux compétences principales : l'accompagnement RSA et l'aide sociale légale

Les demandes d'APA doivent être téléchargées sur le site du Conseil Départemental et envoyées directement au Conseil Départemental ou déposées dans la boîte aux lettres de la Maison de l'Autonomie à Saint Pol, 31, rue des Procureurs.

Les demandes d'aide sociale urgentes (demandes d'aide ménagère ou entrée en établissement) doivent faire l'objet d'un appel au numéro **03 21 41 88 01**

Les personnes bénéficiaires du RSA qui sont accompagnées par le CIAS seront appelées par leurs référents en lieu et place de leur entretien habituel; néanmoins, en cas d'urgence ou de besoin ou pour une demande spécifique, ils peuvent appeler le 03 21 41 88 01; leur référent sera alerté et pourra les rappeler. Les ressources trimestrielles doivent être déclarées à la CAF à la date habituelle mais en cas d'impossibilité, la CAF n'interrompra pas les paiements et régularisera par la suite.

Les associations caritatives peuvent être contactées pour une aide financière ou pour des colis alimentaires; les « restos du coeur » de St Pol-sur-Ternoise reprendront leur activité dès que possible.

La fin de la trêve hivernale est repoussée au 31 mai: pas d'expulsion et pas de coupure d'énergie jusqu'à cette date.

Les chèques énergie 2020 sont envoyés par la

poste de façon progressive depuis le 27 mars; ceux de 2019 sont utilisables au-delà du 31 mars. Les uns comme les autres doivent être envoyés au plus vite et de préférence via internet.

En cas de besoin le CIAS du Ternois est à votre écoute de 9H00 à 12H00 et de 14H00 à 17H00 au 03 21 41 88 01 et s'efforcera de répondre à votre demande.

L'INTERVENTION SOCIALE EN GENDARMERIE PENDANT LE CONFINEMENT

L'intervenante sociale en Gendarmerie ne peut pas recevoir le public durant la période de confinement. En revanche, elle assure toujours une permanence téléphonique tous les jours de la semaine (en dehors des week-ends).

Elle est également toujours en lien avec les gendarmes ainsi que les partenaires. Elle peut donc continuer à assurer des entretiens téléphoniques d'information, de conseil et d'orientation, vous renseigner et tenter d'apaiser la situation complexe que vous rencontrez le temps de la crise sanitaire.

Ne restez pas seul face à vos difficultés (conflits de couples liés à la séparation, à la garde des enfants, violences intrafamiliales, ...).

Au plus tôt vous en parlerez, moins votre situation se dégradera.
Mme TONEGUZZO est joignable au 06.77.96.18.19



LE FABLAB FABRIQUE DES VISIÈRES

Actuellement, en France, nous n'avons pas assez de masques. Face à cette pénurie, notre « maker » Jean-Charles (fabmanager chez TernoisCom) a rejoint un groupe Facebook de fabrication de visière. Une belle aventure commence...

Grâce à l'imprimante 3D ! Elle tourne plus de 10h par jour depuis quelques jours pour pouvoir fournir des visières de protection dans les meilleurs délais possibles aux soignants du territoire.



La visière, qu'est-ce que c'est ?

C'est un bouclier facial imprimé en 3D qui vient protéger l'ensemble du visage, à placer par dessus un masque chirurgical classique. Il vient protéger les yeux et bloque de façon plus efficace la propagation de microbes et germes. Elle est réutilisable puisque les visières peuvent

être changées facilement ou même être désinfectées chaque jour. « Il faut compter 45 minutes de conception par visière, ensuite il faut y fixer une feuille de plastique transparente comme celle que l'on utilise pour les couvertures de dossiers » explique Jean-Charles. Déjà une cinquantaine sont utilisées... et ce n'est que

le début puisque les demandes via le réseau Facebook affluent chaque jour.

Pour toute demande, veuillez contacter Jean-Charles, Fabmanager par mail fablab@ternoiscom.fr ou via le messenger de la page Facebook des Espaces Publics Numériques du Ternois.

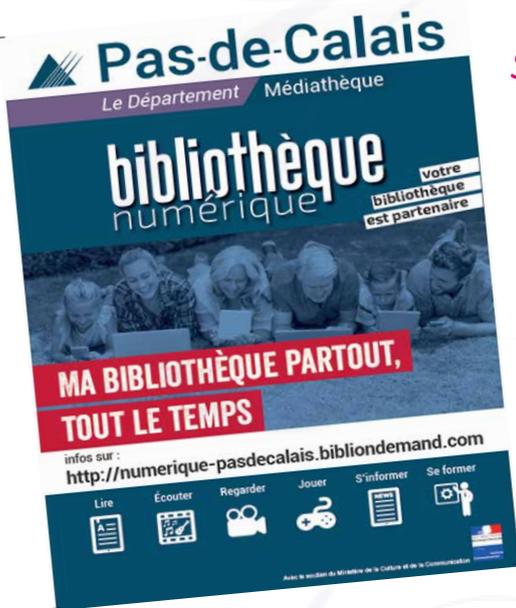


Nous fêterons prochainement le premier anniversaire de notre Fablab. Une bonne occasion de venir nous rendre visite (dès que la situation le permettra) autour d'ateliers, de rendez-vous, ou de démonstrations. Suivez-nous sur Facebook !



Bibliothèque, jeunesse, tourisme Le numérique pour s'évader !

Habituellement, nous vous invitons à vous évader dans le Ternois. Mais en ces temps de confinement, le mot d'ordre est de... Ne pas sortir ! Les pages facebook Donjon de Bours et TernoisCom se sont donc adaptées pour vous aider à vivre au mieux cette période. Initiatives solidaires, idées d'occupation pour petits et grands, découvertes du Donjon de Bours, plaisir de lire, d'écouter de la musique sans sortir de chez soi, infos pratiques... Vos pages se transforment, le temps qu'il le faudra. Abonnez-vous !



Savez vous que vous pouvez lire, écouter de la musique ou encore regarder des films disponibles en médiathèque et à distance ? C'est simple, deux solutions :

Vous avez déjà une carte d'abonnement dans l'une de nos médiathèques? Connectez-vous sur le portail et entrez votre N° de carte : <http://saint-pol-sur-ternoise-pom.c3rb.org/>

Vous n'avez pas de carte d'abonnement ? Pas d'inquiétude, nous pouvons vous en créer une à distance ! et c'est GRATUIT. Envoyez vos nom, prénom, adresse, mail et n° de téléphone à l'adresse mail suivante r-culture@ternoiscom.fr
Vous recevrez alors votre n° d'adhérent qui vous permettra d'accéder aux ressources numériques.



Une plateforme pour accompagner les Français pendant le confinement



Cette plateforme offre une aide aux personnes qui ne savent pas utiliser les services en ligne essentiels. Il propose plus de 230 ressources (des tutoriels, des liens vers des chaînes YouTube, des sites Internet utiles...).



Centre d'aide pour les démarches en ligne essentielles

Je trouve des réponses en ligne, ou j'appelle le **01 70 772 372**

Appel non surtaxé, du lundi au vendredi, de 9h à 18h

Cette plateforme que vous pouvez contacter par téléphone au 01-70-772-372 ou par internet à cette adresse <https://solidarite-numerique.fr/> contient plusieurs rubriques pratiques :

Elle vous propose notamment de vous initier à Internet et aux outils informatiques (utiliser une boîte mail, apprendre à utiliser une application mobile...) ; de vous aider à réaliser vos démarches administratives en ligne (remplir votre attestation de déplacement, actualiser votre situation sur Pôle emploi, déclarer vos ressources à la CAF...) ; de travailler depuis chez soi (utiliser Google

Agenda et Google Drive, communiquer par visioconférence...) ; de communiquer avec ses proches (appeler sur Skype, communiquer grâce à une application mobile...) ; de faire l'école à la maison (trouver des ressources éducatives en ligne ou des activités amusantes pour les enfants...) consulter un médecin à distance...

Nos animateurs EPN (espaces publics numériques) restent aussi à votre écoute durant ce confinement, vous pouvez les joindre aux numéros habituels, ils vous guideront dans vos démarches !



Grâce à sa page Facebook

Le Donjon de Bours vous propose de nombreuses activités ludiques

En attendant la réouverture du site, l'équipe du Donjon de Bours travaille sur plusieurs projets pour proposer une saison estivale riche en animations !

Des ateliers familles sont notamment en préparation pour que petits et grands découvrent le Donjon de manière ludique : jeux, manipulations, créations, ... autant d'activités réunies pour se divertir tout en apprenant !

Une programmation dédiée aux centres de loisirs sera également proposée : quelles que soient les tranches d'âge, des animations adaptées permettront aux jeunes de passer un bon moment au Donjon de Bours.

Durant cette période particulière, l'équipe se tient à la disposition de tous pour organiser une visite future au Donjon : individuels, groupes scolaires, groupes adultes, partenariats avec les services Ternoiscom, ... Il s'agit aussi de maintenir un lien permanent pour préparer au mieux la réouverture.

Les réseaux sociaux sont aussi le moyen pour l'équipe du Donjon de garder un contact avec le public. Chaque semaine, plusieurs publications rythment les comptes Facebook et Instagram de la maison forte. L'occasion

d'aborder des thèmes liés au Donjon mais aussi d'éveiller la curiosité sur la période médiévale. Le Donjon de Bours s'invite également dans le quotidien de tous en lançant des défis aux petits et grands à travers une thématique « arts plastiques ». Enfin, l'équipe tient à ce que l'histoire et la culture continuent d'être accessibles, des petits quizz et sondages sont ainsi proposés pour tester et parfaire les connaissances de tous !

@ bientôt au Donjon !



Pour rompre l'isolement, gardons le lien avec vous Quand confinement rime avec apaisement

Le service Parentalité met en place son programme «Pas à pas, parents extras» spécial confinement !

Toujours dans l'objectif de vous accompagner, de vous soutenir dans votre fonction de parent, le service parentalité vous propose une sélection d'activités, de publications d'experts qui pourront apaiser les tensions susceptibles de naître au sein du foyer.

LES SUJETS :

- **Confiné en famille avec les écrans : comment éviter la crise de nerfs ?**
- **La gestion des émotions : parents, enfants, même combat !**
- **Parce que les moments de relaxation et de détente sont indispensables**

Un groupe d'experts reconnus (pédiatres, professionnels de la petite enfance, psychologues) propose des ressources concrètes et très accessibles à tous via une plateforme dédiée «Enfance & Covid» <http://www.enfance-et-covid.org/>

Vous pouvez retrouver toutes les activités en lien avec ces sujets et bien d'autres sur notre page facebook TernoisCom. Vous pouvez les recevoir aussi par mail en faisant la demande à : parentalite@ternoiscom.fr



Le service Jeunesse anime vos vacances...à distance !



âgées, les auxiliaires de vie, le personnel de collecte des déchets ménagers, etc. Pour cela nous avons besoin de vous, comment ? Tout simplement en réalisant un dessin, ou en écrivant quelques mots que nous leur relayerons. Si vous souhaitez participer merci d'envoyer ceux-ci par mail sur jeunesse@ternoiscom.fr. Nous vous remercions d'avance pour eux.

Dès le début des vacances, sur la page Facebook de Ternoiscom, retrouvez chaque jour pendant les vacances la rubrique « un jour, une activité » proposée par les équipes d'animation du service jeunesse pour animer votre enfant à la maison pendant les vacances.

Le service jeunesse reste joignable par mail et par téléphone : 03 21 04 01 68.

Le Service Jeunesse et les Espaces Publics Numériques de Ternoiscom vous proposent de participer à un projet de soutien pour les personnes touchées et pour les personnes mobilisées chaque jour dans cette crise sanitaire :

Les soignants, le personnel hospitalier, le personnel de commerce, les facteurs, les pompiers, les personnes

«Nous espérons que vous vous portez au mieux. Prenez bien soin de vous et des personnes qui vous entourent.»





Même pendant la crise Prenez soin de vous et soignez-vous !

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

Depuis le confinement, les médecins de ville s'inquiètent d'observer une chute importante de leurs consultations et craignent que leurs patients n'osent pas les appeler pour des motifs autres que des symptômes liés au coronavirus.

L'URPS Médecins Libéraux et France Assos Santé des Hauts-de-France s'associent pour rappeler la nécessaire vigilance à apporter à sa santé en général.

Attention à ne pas confondre renoncement aux soins et report de soins : il est possible, dans le cadre de l'épidémie du coronavirus, non pas de renoncer à des soins, mais bien de reporter ces derniers. Or, ce report ne doit se faire qu'après en avoir reçu la confirmation par les médecins qui vous suivent habituellement.

Contactez votre médecin généraliste ou tout autre spécialiste

Demander un avis médical, sans attendre la moindre aggravation, c'est limiter un retard diagnostic et une perte de chance et contribuer à rester en aussi bonne santé aussi longtemps que

possible. En cas de doute, n'hésitez pas à contacter votre médecin généraliste traitant, mais également tout autre spécialiste qui vous suit habituellement.

Votre médecin pourra :

- vous conseiller par téléphone ;
- réaliser une téléconsultation si cela est possible d'autant qu'elle est remboursée à 100% par l'assurance maladie, durant l'épidémie, quel que soit le motif de consultation ;
- vous proposer, en cas de nécessité, une consultation physique (également remboursée à 100 %) qui sera réalisée dans les conditions permettant de vous protéger au mieux. Les médecins ont organisé leurs cabinets et leurs consultations de sorte à réduire au maximum le risque de contamination.

Alors, n'hésitez pas, appelez vos médecins habituels, vous ne les dérangerez pas, ils sont là pour ça !

**Dr Philippe CHAZELLE Pierre-Marie
LEBRUN - Présidents
URPS Médecins Libéraux Hauts-de-France
France Assos Santé Hauts-de-France**



Un geste symbolique
pour soutenir nos soignants

Communiqué de la Préfecture du Pas-de-Calais

Covid-19 : les bons réflexes pour faire ses courses sans prendre de risque

Depuis plusieurs semaines, notre pays connaît une crise sanitaire sans précédent à laquelle le département du Pas-de-Calais n'échappe pas. Ce virus a modifié, par les mesures de confinement qu'il impose, nos habitudes individuelles et collectives.

En application de l'état d'urgence sanitaire, les déplacements sont interdits sauf dans les cas prévus par le décret du 23 mars 2020 et uniquement à condition d'être muni d'une attestation. Se déplacer pour acheter des produits de première nécessité est autorisé. Nous vous recommandons néanmoins vivement d'adopter les réflexes suivants :

• **Faites vos courses seul et à proximité de votre domicile**

Faire ses courses n'est en aucun cas une sortie familiale. Nous vous conseillons fortement d'y aller seul, ou exceptionnellement à deux, dans le but de vous ravitailler pour plusieurs jours et dans l'optique de réduire au maximum vos déplacements futurs. A noter que certains commerces n'acceptent cependant qu'une seule personne de la même famille à la fois.

Si vous prenez votre véhicule pour aller faire des courses (en magasin ou en drive), seuls les déplacements brefs et de proximité sont autorisés. Chacun doit faire preuve de responsabilité.

• **Amenez vos propres sacs**

Afin de limiter les contacts avec des matières potentiellement infectées, nous vous conseillons d'emporter vos propres sacs.



• **Respectez scrupuleusement les mesures de distanciation et appliquez les gestes barrières**

Dans la rue comme dans les commerces, vous devez impérativement respecter une distance d'un mètre avec les gens qui vous entourent et vous laver les mains avant et après avoir fait vos courses.

Pour rappel, voici les gestes barrières :

- Lavez-vous les mains très régulièrement ;
- Ne saluez pas les autres par une poignée de main ou une embrassade ;
- Toussez et éternuez dans votre coude ;
- Utilisez des mouchoirs à usage unique et jetez-les immédiatement dans un bac noir.

Contact presse : Préfecture du Pas-de-Calais. Cabinet du Préfet.

Service départementale de la Communication Interministérielle (SDCI)

pref-communication@pas-de-calais.gouv.fr

03.21.21.20.05

