

Newsletter

Réseau Territorial de promotion de la santé



Actualité santé

Promotion sommeil

Un nouveau site pour promouvoir le sommeil des enfants

Le sommeil est un déterminant essentiel de la santé, du bien-être et des apprentissages des enfants. Pour accompagner les professionnels dans leurs actions de prévention, Promotion Santé Normandie met à disposition une nouvelle version du site Promotion Sommeil.

Conçu comme un guide pratique, ce site propose une démarche en quatre étapes : comprendre les enjeux du sommeil, analyser les besoins des familles, agir grâce à des outils pédagogiques et évaluer les actions mises en œuvre. Fruit d'une expérimentation menée dans plusieurs écoles normandes, il rassemble de nombreuses ressources pour accompagner les professionnels de la santé, de l'éducation et du social dans leurs interventions auprès des enfants et de leurs familles.



[Retrouvez le site ici](#)

1 000 premiers jours sans tabac

Un programme pour agir dès la naissance

Les 1 000 premiers jours, du désir de grossesse aux 3 ans de l'enfant, constituent une période déterminante pour la santé de l'enfant et de ses parents. Afin de réduire l'exposition au tabac durant cette période, l'ARS Normandie déploie le programme « 1 000 premiers jours sans tabac », avec l'ambition de contribuer à une génération sans tabac d'ici 2032.

Ce programme invite les professionnels de la périnatalité, de la petite enfance, du social et de la santé à intégrer la prévention du tabagisme dans leurs pratiques. Il s'articule autour d'axes concrets : renforcer la formation des professionnels, accompagner le sevrage tabagique des femmes enceintes et de leur entourage, dénormaliser le tabac dès le plus jeune âge, et faciliter l'accès à l'information pour les acteurs de santé.



[Infos supplémentaires ici](#)



Focus locaux

Prévenir la dénutrition des seniors

Des cafés-discussions à Carentan les Marais

Dans le cadre de la prévention de la dénutrition chez les seniors, un cycle de quatre cafés discussion, animé par deux diététiciennes de Carentan les Marais a été proposé.

Pour favoriser la participation du plus grand nombre, l'action a été déclinée auprès de trois publics : un groupe au sein d'une résidence autonomie, un groupe composé de personnes en situation de vulnérabilité, repérées par un professionnel intervenant à domicile et tout public dans le cadre des actions du CLIC des Marais.

Reposant sur quatre rencontres mensuelles, ce format favorise l'instauration d'une relation de confiance et permet aux participants de partager leurs expériences, d'échanger sur leurs représentations de l'alimentation et d'identifier, ensemble, des solutions adaptées à leur quotidien.

Cette action illustre l'intérêt d'une approche partenariale associant professionnels de santé et acteurs de proximité pour proposer une prévention adaptée aux besoins des publics.

Au total, trente-quatre personnes ont participé aux ateliers.

Cycle de 4 cafés discussion à destination des plus de 60 ans.

**IDÉES REÇUES EN NUTRITION :
ON EN PARLE AUTOUR D'UN CAFÉ**

Rencontre animée par une diététicienne.



Mardi 10 mars 2026
15h
Médiathèque
CARENTAN-LES-MARAIS

Renseignements et inscriptions:
02 33 42 17 60 (places limitées)



Suite à l'évaluation de l'action, de nouveaux cycles seront proposés bientôt

Centre social promoteur de santé

Un accompagnement renforcé pour le café des parents

Dans le cadre d'un dispositif porté par l'ARS Normandie et les CAF de la Normandie, le RTPS a accompagné la *Maison du Pays de Lessay* afin de porter un nouveau regard sur une action existante : le *Café des parents*.

L'objectif de cet accompagnement de dix-huit mois était d'analyser l'action à travers les principes de la promotion de la santé - "*de regarder l'action avec des lunettes de promotion de la santé*" : Quelle place est donnée aux participants ? L'action favorise-t-elle leur pouvoir d'agir ? Mobilise-t-elle les

partenaires du territoire ? Cet accompagnement a permis d'identifier les points forts du projet et de prendre du recul sur les pratiques de l'équipe. Des pistes d'amélioration concrètes ont aussi été dégagées pour rendre ce temps d'échange plus favorable à la santé des parents.

Ce travail illustre qu'une action déjà existante peut devenir davantage promotrice de santé, sans en modifier l'essence, en intégrant progressivement les critères de qualité en promotion de la santé.





Outils

Outils du Point Relais Documentaire

Nutrichamps

Ce jeu de plateau a pour but de sensibiliser à l'impact de l'alimentation sur la santé, promouvoir l'activité physique, pallier la méconnaissance des pratiques agricoles, et responsabiliser le consommateur. Il aborde : l'équilibre alimentaire, la composition des menus, les groupes d'aliments, l'agriculture et les pratiques agricoles,

le circuit-court de consommation, la saisonnalité des produits, etc.

Il aborde : l'équilibre alimentaire, la composition des menus, les groupes d'aliments, l'agriculture et les pratiques agricoles, le circuit-court de consommation, la saisonnalité des produits, etc.

Public : enfants, adolescents et adultes



Agenda

Rendez-vous

COPIL du RTPS - 29 septembre

Le comité de pilotage regroupe les décideurs locaux

Cette instance annuelle permet de partager le bilan des actions engagées et de construire collectivement les perspectives de travail. C'est un temps fort qui contribue à renforcer la coordination des acteurs et la cohérence des actions de la promotion de la santé.

Café de la prévention - 07 oct. à 14h

Thématique : santé mentale

A destination des professionnels de la COCM

Au pôle communautaire de la Haye

Découverte du parcours de suivi d'un patient en Centre Médico Psychologique et au Centre d'Activités Thérapeutiques et de Temps de Groupe et visite sur place, présentation de l'UNAFAM de la Manche et des outils du Point Relais Documentaire.

Inscription: lisa.hervy@ch-carentan.fr

SISM 2026 du 05 au 18 octobre

Semaines d'Information sur la Santé Mentale sur la COCM

Un groupe de travail a réalisé un programme d'actions visant notamment à promouvoir la santé mentale et à destigmatiser les troubles psychiques.

Plusieurs actions seront prévues à destination du grand public et des professionnels : expositions, café de la prévention, ateliers de SLAM, etc.

Une affiche globale des actions sera prochainement partagée.





Ressources utiles



RTPS

Padlet des ressources du RTPS (catalogue des outils, newsletters et ressources)

[Accessible ici](#)



DAC en santé Centre Manche
Annuaire en ligne de l'offre de services, d'information, d'aide et de soin du Centre Manche

[Accessible ici](#)



ARS Normandie

Répertoire des dispositifs santé précarité de la Manche

[Accessible ici](#)



UNAFAM Normandie

Guide ressources des familles, proches, professionnels en Normandie sur les troubles, maladies et handicap psychiques

[Accessible ici](#)



Psycom

Annuaire des lignes d'écoute psychologique

[Accessible ici](#)



Région Normandie, PSN Normandie, ORS Creai Normandie

Répertoire des dispositifs normands par thématiques prioritaires de santé

[Accessible ici](#)



Sport Santé Normandie

Annuaire des structures proposant une activité physique adaptée de Normandie

[Accessible ici](#)



UNAFAM

santé mentale des jeunes - petit guide pour les parents

[Accessible ici](#)



Ressources utiles



DAPA Normandie
Annuaire en ligne des
dispositifs spécialisés en
addictologie de la région

[Accessible ici](#)



Promotion Santé Normandie
Ressources en promotion de
la santé en Normandie

[Accessible ici](#)



ARS Normandie
Diagnostic territorial partagé
du Projet Territorial de Santé
Mentale de la Manche

[Accessible ici](#)



ORS Creai Normandie
Données de santé en
Normandie

[Accessible ici](#)



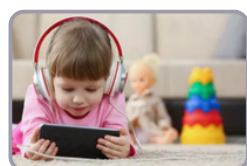
ARS Normandie, PSN Normandie
Pour une prévention des
conduites addictives dans et
hors milieu scolaire

[Accessible ici](#)



ARS Normandie, PSN Normandie
Pour un accompagnement à
l'usage des écrans dans et
hors milieu scolaire

[Accessible ici](#)



ARS Normandie
Ecrans, jeux vidéo et
addictions, que dit-on ?

[Accessible ici](#)



ARS Bourgogne-Franche-Comté, RRAPPS
L'éducation à la Vie
Affective, Relationnelle et
Sexuelle : référentiel
d'intervention

[Accessible ici](#)



Ressources utiles



Réseau Acteurs PNNS
Ressources en nutrition à destination des acteurs PNNS

[Accessible ici](#)



Manger Bouger
Recettes, idées d'activités et astuces pour manger mieux et bouger plus petit à petit

[Accessible ici](#)



Manche Infos Sports
Plateforme des initiatives locales sur le sport santé, PNNS, etc.

[Accessible ici](#)



RRAPPS
Promouvoir la santé des jeunes en milieu sportif

[Accessible ici](#)



Association Santé Environnement France
Le petit guide santé de la santé mentale et environnement

[Accessible ici](#)



Association Santé Environnement France
Le petit guide santé de l'activité physique et environnement

[Accessible ici](#)



CR3PA Nord Ouest
Capsules vidéo et formation en ligne en lien avec la santé mentale des personnes âgées

[Accessible ici](#)



Nightline France
Site internet pour améliorer la santé mentale des étudiants et des jeunes

[Accessible ici](#)