



Synthèse des informations relayées sur la page Facebook du CLS Est-Béarn

Période du 9 mai au 29 mai 2020

RESTONS PRUDENTS : respectons les gestes barrière.

Communiqué de presse du Ministère des Solidarités et de la Santé du 10 mai 2020

Demain, 11 Mai, après 55 jours de confinement, une nouvelle phase progressive et prudente de reprise d'activité débute. Nous vous invitons chacune et chacun à respecter toutes les mesures barrière, dont le port du masque grand public lorsque la distance physique ne peut être respectée. L'épidémie est toujours active et évolutive, il faut poursuivre nos efforts pour la freiner au maximum. Nous devons rester mobilisés et solidaires pour freiner la circulation du virus tout en reprenant une activité progressivement.

Dès les premiers signes évocateurs de la maladie COVID-19, consultez votre médecin traitant ou un médecin de permanence afin qu'il puisse vous prescrire un test de recherche du virus (PCR). Respectez scrupuleusement l'isolement. Il est indispensable pour lutter contre le virus.

<https://solidarites-sante.gouv.fr/actualites/presse/communiques-de-presse/article/communiquede-presse-du-10-mai-2020?fbclid=IwAR2i8sIO50LRIAHv89xkuPFKLiyeI8TJpBgHhqHwAllnllLZpPGCHVAfkTc>

Accès aux soins et mobilité

Le service de Transport à la demande « Le Petit Bus du Pays de Nay » sera réactivé à compter du mercredi 13 mai 2020, Il fonctionnera sur un mode restreint, afin de respecter les prescriptions sanitaires.

Le port d'un masque de protection est obligatoire lors de la montée dans le véhicule.

Renseignements et réservations auprès de la centrale de réservation, du lundi au samedi de 7h à 19h : numéro vert 0 800 730 146.

Le service fonctionne de 8h30 à 12h et de 14h à 18h30 du lundi au samedi midi – réservation obligatoire jusqu'à 17h la veille du trajet.

Guide de reprise d'activités sportives

Vous aviez l'habitude de pratiquer une activité physique avant le confinement ? Vous vous posez des questions sur les possibilités de reprise ? Consultez le guide de d'accompagnement de reprise des activités sportives.

https://www.azimailing.net/nl_a_envoyer/88/nl_ufolep_lettre_assos_2020_lettre_aux_adherents_du_11_mai-2020/_2-sportsguiderepriseactiviteessportives.pdf?fbclid=IwAR3TzDRDc92fdY_nAEfJ2bTFvMce3_iDV8vzrl1uh_nKh7tfcMxHqsgLzqyc

Après le confinement... accompagner les enfants et les ados

Vous travaillez avec les enfants et les adolescents ? Voici quelques outils, supports et guides afin de les aider à aborder sereinement l'après COVID 19 en mobilisant leurs compétences psychosociales et leurs émotions et en les aidants à gérer leur stress.

☞ Reprendre la classe après le confinement,

Guide d'activités : https://irepsbretagne.fr/IMG/pdf/repandre_la_classe_apres_le_confinement_-_guide_d_activites_mobilisant_les_compentences_psychosociales_-_ireps_bretagne_-_avril_2020.pdf?fbclid=IwAR0nt9N9XmP2MU-D07DSI9JBluZOr_SqAyhKpaUX8iDMHjB0PxAoaSCqp5k

☞ Aider les enfants à rebondir

https://irepsna.org/wp-content/uploads/2020/05/Aider-les-enfants-%C3%A0-rebondir-Ireps-NA.pdf?fbclid=IwAR31GTdMQSgIYCqD3aw9wRbE3LqVxpo_a6z-MhzbkzNr9ujuWiOWue9fulQ

☞ Compétences Psycho-sociales, parcours "après le confinement" : http://cartablecps.org/page-25-0-0.html?fbclid=IwAR3RO_1f0dOZDHiPrjzQP60eM_mRzE6xfwHX7ClocjJ6Gi1b11chYsjqSc

☞ Vidéos "Et tout le monde s'en fout..."

"Le stress" : <https://www.youtube.com/watch?v=k1ympFJR4WU&feature=youtu.be>

Les émotions :

<https://www.youtube.com/watch?v=DakEvdZWLk&feature=youtu.be>

COVID-19 - Laboratoires pouvant réaliser les prélèvements dans le 64

Retrouvez les laboratoires et équipes mobiles pouvant réaliser des prélèvements en vue du diagnostic du Covid-19.

Attention les patients doivent impérativement disposer d'une prescription médicale et doivent prendre rendez-vous auprès du laboratoire.

☞ https://sante.fr/recherche/trouver/%23D%C3%A9pistageCovidNouvelleAquitaine/Pyr%C3%A9n%C3%A9es-Atlantiques?fbclid=IwAR2Y-Ov92_K6_OjcJiLrqqXenblsWD_60trcord7kAlz8W_MSqp2qOj5Jg

Retrouvez également l'ensemble des laboratoires en Nouvelle-Aquitaine:

☞ <https://www.nouvelle-aquitaine.ars.sante.fr/covid-19-laboratoires-pouvant-realiser-les-prelevements?fbclid=IwAR209h7InGCNM3bNLuCEXouAxbKp1a1TEGKITsNoFLIWWWhChalU6ypKLciw>

Les partenaires reprennent leurs activités !

Familles Rurales de Thèse

Il est possible de relancer les activités sous certaines conditions :

- être en extérieur
- des groupes de 9 personnes maximum

Voici ce qui est proposé pour garder la forme ou l'entretenir !

Lieu : Stade de Thèze

Date : à partir du mardi 2 juin 2020

Vous pouvez vous inscrire sur les créneaux stretching, yoga, cardio, pilates, cuisses abdos fessiers, renforcement, sophrologie.

Pour vous inscrire il suffit d'appeler ou d'envoyer un mail : 05 59 04 31 90 ou afr.theze@gmail.com .

A FOND LA FORME!

DU 2 JUIN AU 15 JUILLET 2020

STADE DE THÈZE

LUNDI		MARDI	
10h-11h Stretching Pilates		18h15-19h15 Yoga	
18h15-19h15 renforcement Cuisses Abdo Fessiers		19h15-20h15 Sophrologie	
19h15-20h15 Cardio			

Tarifs	
Adhérent	Non Adhérent
3€/séance	4€/séance
Sophrologie	Sophrologie
5€/séance	6€/séance

JEUDI		VENDREDI	
10h-11h Cardio renforcement Total Body		18h15-19h15 Stretching	
18h15-19h15 Stretching		19h15-20h15 Sophrologie	
19h15-20h15 Yoga			

!

- 9 personnes maximum par séance
- Pas de vestiaires
- Respect distanciation sociale
- Matériel propre à chacun
- L'activité est maintenue selon l'effectif

Infos / Inscriptions
05 59 04 31 90
afr.theze@gmail.com

Familes rurales ASSOCIATION DE THÈZE
Vieilles traditions.

Les partenaires reprennent leurs activités !

Service Jeunesse de la Communauté de communes du Pays de Nay

Le service Jeunesse rouvre ses portes le mercredi 3 juin !

Les conditions d'accueil sont restreintes à la Maison de l'Ado comme à l'Ado Bus. Les inscriptions sont donc obligatoires pour cette période.

Page Facebook :

https://www.facebook.com/MaisonDeLAdo/?_tn=%2CdkCH-R&eid=ARB8m1OpT-1Sm-xMUZJkQW_6wQUgzDk-xUrCQxnXjtTeCjud9nd0jUoMHT-liGHCCLTecCJPcUzwJH4T&hc_ref=ARTxAiwioR7auW7qBHxTDiffFvq_sTL7tZpO8I7wWuXhjotecAvXcwt-pOz2DPEIL8w&fref=nf
