

A LA UNE

Vous avez des enfants étudiants ? Le point sur les aides face à la crise sanitaire

Repas à 1 € pour tous, chèque psy, révision du droit à la bourse, aide d'urgence, plateforme de conseils santé, aides locales, création d'emplois de tuteurs et de référents étudiants... Des dispositifs proposent un soutien aux étudiants souffrant de l'impact économique et sanitaire de la pandémie de Covid-19. Faisons le point avec Service-Public.fr

• Deux repas par jour au Crous à 1 € pour tous les étudiants

Depuis le 25 janvier 2021 et pendant la durée de la crise sanitaire, tous les étudiants boursiers ou non, peuvent bénéficier de deux repas par jour au tarif de 1 €, exclusivement en vente à emporter dans leur restaurant universitaire.

Pour en bénéficier, il suffit d'activer son compte **izly**

• Le chèque psy

Des chèques de soutien psychologique sont proposés depuis le 1^{er} février 2021. Ils permettent aux étudiants en situation de mal-être à cause des conséquences de la crise du Covid-19 de pouvoir consulter un psychologue ou un psychiatre de la médecine de ville et suivre des soins.



Comment faire ?

Il convient de consulter un médecin généraliste, il peut s'agir d'un médecin généraliste **au sein de votre service de santé universitaire** ou d'un médecin figurant sur une liste de médecins avec lesquels les services de santé ont passé des conventions.

Ce médecin préconisera soit une aide psychologique soit d'aller voir un psychiatre, qu'il est possible de choisir parmi une liste de professionnels conventionnés par un service de santé universitaire.

Bon à savoir : Les Bureaux d'aide psychologique universitaires (BAPU) sont des centres de consultation ouverts à tous les étudiants qui souhaitent une aide psychologique (le Crous vous en donnera les coordonnées). Les consultations sont prises en charge à 100 % par la Sécurité sociale et les mutuelles, il n'y a pas d'avance de frais.

Le **site soutien-etudiant.info**, fournit les contacts de tous les dispositifs gratuits d'aide psychologique, classés par académie ainsi que des conseils et de nombreuses lignes d'écoute.

• La demande de révision du droit à bourse

Vous avez déposé une demande de bourse et vos revenus familiaux ont connu une baisse durable et notable, notamment en raison de la crise sanitaire ? Votre demande de bourse peut être réexaminée. Pour cela, vous devez en faire la demande en vous rendant sur **MesServices.etudiant.gouv.fr** et en cliquant sur l'icône « *Suivi du dossier social étudiant (DSE)* ».

Des justificatifs permettant d'étudier votre nouvelle situation vous seront demandés, comme une attestation de Pôle emploi avec le montant des indemnités journalières pour un parent au chômage ou une copie des bulletins de salaire des mois concernés pour un chômage partiel.

Pour la rentrée prochaine : les étudiants et futurs étudiants ont jusqu'au 15 mai 2021 pour faire leur demande de bourse et de logement au CROUS.

• L'aide d'urgence du Crous

En cas de graves difficultés financières, vous pouvez contacter les services sociaux des Crous (disponibles sur rendez-vous) et vous rapprocher de l'assistante de service social en charge du secteur d'études de votre enfant.

Les aides d'urgence sont accessibles aux boursiers, aux non boursiers.

• Le numéro de téléphone national dédié aux aides

Afin de mieux vous informer sur les aides et les démarches à effectuer, vous pouvez appeler le **0 806 000 278** (prix d'un appel local non surtaxé) ouvert du lundi au vendredi de 9h à 17h.

Un conseiller vous renseignera sur le soutien ou les aides qui peuvent vous être apportés et comment en faire la demande auprès de votre Crous.

Et aussi...

• Le service de santé universitaire de l'établissement

Des professionnels accueillent, écoutent et au besoin orientent vers un accompagnement adapté.

Des consultations sont proposées dans certains établissements. Sur présentation d'une carte Vitale à jour, le tiers-payant peut être pratiqué : il n'y a pas d'avance de frais pour 70 % du tarif couvert par l'Assurance maladie. Pour les 30 % de frais restant à charge, renseignez-vous auprès de la mutuelle pour connaître les modalités de remboursement.

• Fil santé jeunes

Le service **Fil santé jeunes**, composé de médecins et de psychologues, répond aux questions en matière de santé tous les jours de 9h à 23h au 0 800 235 236, un numéro d'appel anonyme et gratuit. Le service est accessible par tchat du lundi au dimanche de 9h à 22h.



• Outremersolidaires



La plateforme **outremersolidaires** propose un réseau d'entraide aux jeunes ultramarins étudiant dans l'Hexagone.

• Les emplois dans l'établissement

20 000 emplois de tuteurs étudiants sont créés, pour une durée de 4 mois (se renseigner auprès de l'établissement), ainsi que 1 600 emplois de référents étudiants en résidence universitaire (se renseigner auprès du Crous et sur **Jobaviz**).

• 1jeune1solution

La plateforme **1jeune1solution** a été mise en place par le ministère du Travail, de l'Emploi et de l'Insertion pour accompagner, former et faciliter l'entrée dans la vie professionnelle des jeunes, particulièrement touchés par les conséquences de la crise.



• Des épiceries solidaires



Les **AGORAé** proposent notamment des épiceries solidaires accessibles sur critères sociaux pour une aide alimentaire.

N'oubliez pas de consulter régulièrement les sites internet de l'établissement de votre enfant, du Crous, de la ville, de la région : des aides en matière de transports, de nourriture, de matériel informatique, par exemple, peuvent y être proposées.

Pour en savoir plus :

Sur les aides citées : <https://www.service-public.fr/particuliers/actualites/A14614?xtor=EPR-100>

<https://www.etudiant.gouv.fr/fr/vos-aides-financieres-1896>

Plan 10 000 jeunes au ministère de l'Intérieur : <https://media.interieur.gouv.fr/10000jeunes-interieur.fr/>

L'étudiant.fr : <https://www.letudiant.fr/lifestyle/Sante-mutuelle-et-assurance/comment-beneficier-du-nouveau-cheque-psy.html>

Et n'oubliez pas...

L'aide du ministère de l'Intérieur pour ses agents ayant des enfants en études professionnelles ou post bac, âgés de 15 à 26 ans : **le prêt Sérénité études**

Vous pouvez bénéficier d'un prêt d'un montant allant de 2 000 à 15 000 €.

Ce prêt vous sera accordé à des taux particulièrement intéressants, sans frais de dossier.

Un conseiller du crédit social des fonctionnaires vous accompagne jusqu'à la finalisation du projet

au **01 71 25 17 00** (prix d'un appel local).

Covid-19 : augmentation du délai d'isolement

Désormais le délai d'isolement n'est plus de 7 mais 10 jours si vous êtes testé positif à la Covid-19 et ce dès les premiers signes de la maladie ou dès le résultat positif du test, si vous n'avez pas de symptômes. Si vous êtes cas contact, vous vous isolez 7 jours à compter du résultat positif de la personne malade.

Dans la situation particulière des cas intra-foyer, la levée du confinement des cas contact ne pourra avoir lieu que 7 jours après la guérison du cas originel : soit 17 jours.

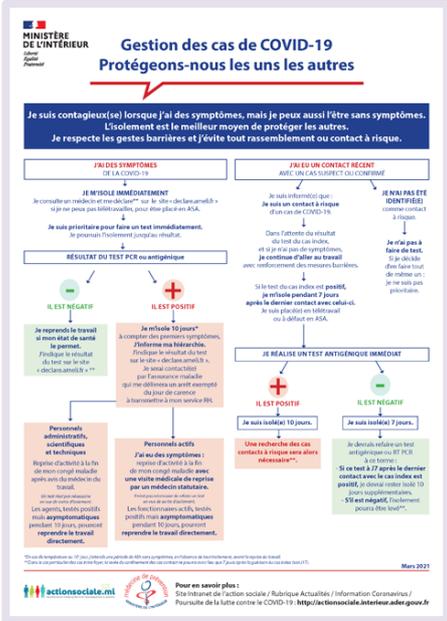
L'application des gestes barrières reste donc d'une grande actualité : le port du masque en toutes circonstances, le lavage fréquent des mains, le respect de la distanciation sociale et le respect des jauges des salles de réunion sont essentiels pour éviter des contaminations.

Vaccination

Vous souhaitez savoir si vous êtes actuellement éligible à la vaccination au vu du calendrier de déploiement et vous recherchez un centre de vaccination à proximité de votre domicile :

<https://www.sante.fr/cf/centres-vaccination-covid.html>

Les agents de plus de 50 ans atteints de comorbidités peuvent se rapprocher du médecin du travail en cas de difficulté pour être vaccinés, ou pour toute question relative à leur situation.



accin COVID-19 SE VACCINER, SE PROTÉGER

La vaccination POUR LE GRAND PUBLIC
(à partir de 18 ans conformément aux autorisations de mise sur le marché de ces vaccins)

*** Liste sur solidarites-sante.gouv.fr/vaccin-covid-19**

Mon âge	Ma situation	AstraZeneca	Pfizer-BioNTech ou Moderna
0 à 17 ans		Je ne suis pas concerné	
18 à 49 ans inclus	Je n'ai pas de problème de santé	Je ne suis pas encore concerné	
	J'ai une pathologie à très haut risque de forme grave de COVID-19 *	✓ Chez mon médecin traitant ou médecin du travail ou sur mon lieu de soin	✓ En centre de vaccination, avec une prescription médicale de mon médecin traitant ou sur mon lieu de soin
50 à 74 ans inclus	Sans problème de santé	Je ne suis pas encore concerné	
	J'ai un risque de forme grave de COVID-19 * J'ai une pathologie à très haut risque de forme grave de COVID-19 *	✓ Chez mon médecin traitant ou médecin du travail ou sur mon lieu de soin	✓ En centre de vaccination, avec une prescription médicale de mon médecin traitant ou sur mon lieu de soin
Plus de 75 ans	Je suis en établissement pour personnes âgées	✓ Chez mon médecin traitant ou sur mon lieu de soin ou au sein de mon établissement	✓ Au sein de mon établissement
	Je vis à domicile (ou dans une autre structure)	✓ Chez mon médecin traitant ou sur mon lieu de soin	✓ En centre de vaccination

N.B. : Les personnes majeures en situation de handicap, hébergées en maison d'accueil spécialisée ou foyer d'accueil médicalisé, se font vacciner au sein de leur établissement.

version : lundi 8 mars 2021

Améliorer la prévention routière

Les chiffres provisoires de l'accidentalité routière pour 2020 enregistrent de fortes baisses : -19,7 %, soit 11 019 accidents en moins, -21,4%, soit 700 vies épargnées et -20,9 %, soit 14 736 blessés évités. Il s'agit de la mortalité la plus faible en France sur les routes depuis la mise en place des statistiques de l'accidentalité en 1924, même si ces résultats positifs résultent pour l'essentiel de la chute importante du trafic routier liée au contexte sanitaire et aux restrictions de déplacements imposées pour y faire face.

D'autres mesures ont également eu un impact :

- la généralisation de l'éthylotest anti-démarrage comme alternative à la suspension du permis ;
- le renforcement des sanctions pour le téléphone tenu en mains ;
- l'abaissement de la vitesse maximale autorisée à 80 km/h sur les routes bidirectionnelles sans séparateur (349 vies sauvées entre juillet 2018 et février 2020).

Pour en savoir plus : <https://www.securite-routiere.gouv.fr/>

SANTÉ

Télétravail : des douleurs dans le haut du corps ?

Les articulations des membres supérieurs sont particulièrement touchées par les troubles musculo-squelettiques (TMS) : épaule, coude, main, poignet et doigts. Les facteurs de risques physiques sont les gestes répétitifs et le travail statique. Le télétravail peut accroître ce phénomène car les pauses ont tendance à être moins nombreuses. Les restrictions de circulation ne favorisent pas non plus la mobilité nécessaire au corps pour éviter l'apparition des TMS. Un déséquilibre se crée entre les capacités physiques du corps et les sollicitations et contraintes auxquelles il est exposé dans le cadre de sa posture de travail.

En fonction des douleurs que vous ressentez, la consultation de votre médecin traitant ou médecin du travail est à privilégier.

Si les douleurs sont naissantes ou en prévention, voici quelques mesures à prendre :

- Réfléchir à votre organisation de travail et essayer de limiter l'éventuel aspect répétitif de votre activité.
- Réaménager votre poste de travail en s'assurant notamment que l'angle de l'avant-bras posé sur la table de travail est supérieur ou égal à 90°.
- Instaurer des micro-pauses de récupération en effectuant des mouvements d'assouplissement des articulations et boire suffisamment d'eau.

Pour en savoir plus : <https://www.ameli.fr/paris/assure/sante/themes/tms>

<http://actionsociale.interieur.ader.gouv.fr/index.php/2-non-categorise/348-tms-au-bureau-comment-les-eviter>

Journée nationale de l'audition le jeudi 11 mars 2021

A une période où notre vie sociale est impactée par les restrictions liées à la crise sanitaire, prendre soin de ses oreilles est un impératif pour conserver le maximum de liens avec son entourage. Le ministère de l'Intérieur renouvelle son partenariat avec l'association « Journée nationale de l'audition » (JNA) et vous propose le 11 mars à 18 h 00 une conférence intitulée « Mes oreilles, le secret de ma forme » avec les points suivants :

- les interactions mécanismes de l'oreille et cerveau ;
- les 3 fonctions clés de l'audition ;
- les grains de sable dans les rouages ;
- les impacts sur la performance, les relations ;
- les bonnes pratiques pour une autre hygiène de vie et de santé au quotidien.

Vous pourrez vous connecter, de votre matériel personnel, à partir de 17 h 45, via le lien :

<https://us02web.zoom.us/j/88971890613?pwd=YWFhbnVJhdUQ0S3ZUTVBuZkltFRadz09>

Identifiant : 889 7189 0613 / Code secret : 921010

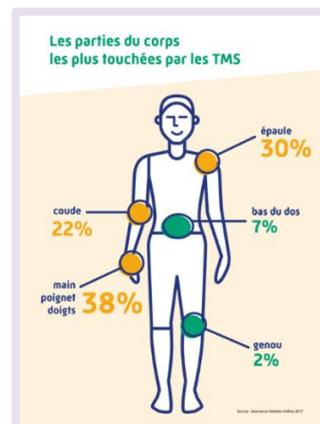
Cette conférence sera enregistrée, il sera possible de la visionner à nouveau, selon vos disponibilités, par un lien communiqué ultérieurement.

La campagne de dépistage en ligne est d'ores-et-déjà ouverte sur la plateforme JNA :

https://www.apps.journee-audition.org/test_audio_jna/DBbruitJNA/ministeredelinterieur.html

Pour plus d'informations sur le site Intranet de l'action sociale / Rubrique Actualités :

<http://actionsociale.interieur.ader.gouv.fr/>



Journées Prévention Santé (JPS Police) en mars

De nouvelles journées de prévention santé seront organisées au mois de mars 2021, au sein des services de police et dans le respect des gestes barrières :

- **16 mars 2021** : circonscription de sécurité de proximité d'Antony ;
- **30 mars 2021** : direction départementale de la sécurité publique à Niort.

Des modules destinés aux travailleurs de nuit seront également programmés, la veille des JPS.

Renseignements : DRCPN/SDPAS/BPQVT/Pôle partenariats : **01 80 15 46 81** ou **01 80 15 48 49**



Retour sur la journée prévention santé (JPS) à la préfecture de Police des Bouches-du-Rhône

Le 29 janvier 2021 s'est déroulée la Journée de Prévention Santé (JPS) au sein de la préfecture de police des Bouches-du-Rhône.

Sur les thèmes de la santé et du bien-être, huit ateliers ont été proposés aux agents. Parmi eux, une initiation à la sophrologie, un bilan alimentaire ou encore un combiné policier. Dans le respect total des mesures barrières, cette journée a rencontré un vif succès, ayant séduit 53 participants. De plus, le questionnaire mis en place révèle que les participants ont globalement été très satisfaits de cette journée, avec une note de 8,8/10. Les remarques, quant à elles, révèlent que les participants ont trouvé tous les ateliers utiles, voire très utiles. A l'issue de cette journée, un entretien avec le coordinateur du site a également eu lieu, celui-ci a eu pour objectif d'optimiser l'organisation des futures JPS.

La préfecture de police des Bouches-du-Rhône tient à remercier la DRCPN, ainsi que les mutuelles INTERIALE, MGP, la mutuelle des forces de sécurité pour leur grande implication dans la co-organisation et la co-animation de cette journée. Ils remercient également la FSPN et la GMF.



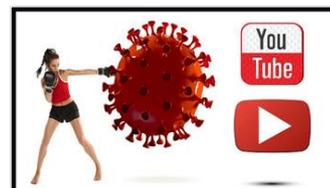
Renseignements : DRCPN/SDPAS/BPQVT/Pôle partenariats : **01 80 15 46 81** ou **01 80 15 48 49**.

La Fédération Sportive de la Police Nationale (FSPN) toujours à vos côtés

Faire du sport agit positivement sur le bien-être physique et mental. Cela participe au renforcement du système immunitaire et permet de se maintenir en bonne santé sur le long terme.

Pour de plus amples informations, vous pouvez retrouver les conseils du Docteur Anne Lukomski-Mouillard de la FSPN, sur le lien suivant :

<https://www.sportpolice.fr/actualites/la-fspn-toujours-a-vos-cotes/>



DÉVELOPPEMENT DURABLE

En lien avec le dispositif « Services publics écoresponsables », la mission développement durable à la DEPAFI lance son incubateur SYMBI'Ose !

Vous avez identifié une problématique en lien avec le développement durable dans votre activité ou votre environnement professionnel et vous avez une idée innovante pour y remédier qui pourrait avoir un impact significatif pour votre périmètre ou même le ministère dans son ensemble ?

Vous êtes prêt(e) à vous faire accompagner pour l'approfondir et à devenir intrapreneur(e) du ministère ?

Alors rejoignez l'aventure SYMBI'Ose en cliquant sur **ce lien** !

Ce programme contribue à l'appel à l'action pour les Objectifs de Développement Durable (ODD) de l'ONU d'ici à 2030.

Une question ? Écrivez-nous à symbiose@interieur.gouv.fr



RÉSEAUX

La Police nationale toujours mobilisée contre le suicide

Vendredi 5 février, le directeur général de la Police nationale a lancé l'expérimentation du programme « Sentinelles » au sein de la Police nationale.

Les sentinelles sont des « pairs éclairés », volontaires et qui sont, de par leur position professionnelle ou leurs qualités d'aidants naturels, susceptibles d'être en contact avec des personnes en détresse et vulnérables. Ce réseau « Sentinelles » est l'une des 27 mesures du programme de mobilisation contre le suicide adopté en CHSCT exceptionnel le 29 mai 2018. Pour mémoire, ce programme est structuré autour de trois axes :

1) mieux répondre à l'urgence.

2) prévenir les situations de fragilité.

3) agir sur le collectif de travail.

Ce réseau participe à l'amélioration du repérage des personnels en souffrance et facilite l'orientation vers les professionnels de l'accompagnement. Les sentinelles continuent à exercer leurs missions au sein des services de police. Ils n'ont pas vocation à accompagner eux-mêmes les personnels, mais à être capables d'identifier les signes de détresse, à prendre contact avec le policier en difficulté, et selon la nature des difficultés à l'orienter vers les ressources existant en interne (psychologues, numéro vert de soutien psychologique, médecine de prévention ou statutaire, service social). Les sentinelles seront ainsi des relais importants pour faciliter les démarches vers les 94 psychologues cliniciens du Service de soutien psychologique opérationnel (SSPO) qui accompagnent les personnels en souffrance. Cette démarche peut en effet s'avérer difficile au regard de la culture professionnelle et **l'intervention d'un pair bienveillant contribue à faire céder certaines craintes qui font souvent obstacles à l'accès à l'aide psychologique.**

Le dispositif des sentinelles a été déployé dans plusieurs institutions notamment en police au Canada, dans les armées aux États-Unis. En France, dans le cadre d'un programme de formation à la prévention du suicide, le ministère de la santé a mandaté le Groupement d'études et de prévention du suicide (GEPS) pour dispenser des formations, notamment aux futures « sentinelles ». Ce programme « Sentinelles » d'aide par les pairs a prouvé son utilité dans toutes les institutions où il a été mis en place.

Au terme des 3 sessions qui se sont tenues les 12-13 janvier, 27-28 janvier et 4-5 février 2021, 30 policiers de la DCSP, de la DCPAF et de la DRCPN, répartis dans 3 zones (Est, Nord et Paris) ont été formés.

Pour plus d'informations sur le site Intranet de la DRCPN : <http://drcpn.minint.fr/index.php/pms>

Pour contacter la ligne d'écoute : **0 805 230 405** (service et appel gratuits)



AGENDA

Du 9 au 21 mars, l'Institut Curie propose un nouveau challenge pour la course de la Jonquille contre le Cancer

> Accumulez le plus de kilomètres possible en courant ou en marchant. Pour chaque kilomètre parcouru, un don sera reversé à l'Institut Curie par le partenaire majeur de l'évènement. Enfilez vos baskets et soutenez la recherche contre le cancer.

Les **inscriptions** sont ouvertes jusqu'au **20 mars** sur le site **Une Jonquille contre le cancer**

Mars bleu

> **Le mois du dépistage du cancer colorectal** : 3^e cancer le plus fréquent et 2^e le plus meurtrier, de 50 à 74 ans, consultez votre médecin qui vous remettra le test à faire chez vous.

https://www.ligue-cancer.net/article/44966_mars-bleu

Du côté de la FJM...

Les séjours jeunes été 2021

Les inscriptions aux séjours d'été débuteront le mardi 23 mars 2021 dès 9 h 00 auprès du service loisirs.

Au vue de la situation sanitaire et devant l'incertitude à ce que vos enfants puissent partir hors de France cette année, nous commencerons les inscriptions par les séjours qui se déroulent sur le territoire national. Nous aviserons ensuite courant avril de la faisabilité de permettre aux jeunes d'envisager un séjour plus ou moins loin.

Sportif, thématique ou multi-activités, retrouver notre sélection pour cet été sur notre site Internet.

A retrouver sur : <https://www.fondationjeanmoulin.fr/vos-enfants/sejours-jeune/>

Week-ends au Zoo de Beauval à la Toussaint 2021

La FJM vous propose au choix trois week-ends à tarif groupe dans l'un des hôtels du zoo de Beauval. L'offre comprend la chambre pour une nuit, les petits déjeuners, le dîner du soir et les entrées sur 2 jours.

Réservation possible auprès du service Loisirs avant le 22 mars inclus.

Modalités de réservation et tarifs à retrouver sur :

<https://www.fondationjeanmoulin.fr/vos-loisirs/billetterie-2/zoo-de-beauval/>



Vos vacances d'été 2021 avec GOELIA

La FJM réitère l'offre de semaine de location à tarif préférentiel sur quatre destinations en location pour vos prochaines grandes vacances.

Réservation possible auprès du service Loisirs avant le 22 mars inclus.

La côte Landaise, L'Aude, le Périgord ou bien le cœur du Calvados vous tendent les bras pour passer 1 à 2 semaines de repos et d'évasion bien mérités.

Modalités de réservation et tarifs à retrouver sur :

<https://www.fondationjeanmoulin.fr/vos-vacances/voyagistes/goelia/>



Du côté de l'ANAS...

La course solidaire « Iron man »

Notre réseau d'entraide Alpha Espoir est présent pour tous les personnels du ministère de l'Intérieur en situation de maladie ou de handicap :

« Soutien, réconfort et conseils sont notre devise ».

Toujours en quête de nouveaux challenges à accomplir pour le bien-être des policiers, Mehdi Van Ouden, adhérent ANAS, responsable de la commission sportive de la ligue Île-de-France de la Fédération sportive de la Police nationale (FSPN), s'est engagé bénévolement dans un triathlon « l'Iron man ».

Une des épreuves techniques les plus difficiles en triathlon avec trois épreuves extrêmes : natation (1,9 km), cyclisme (93 km) et course à pied (21,975 km).

L'édition 2021 se déroulera les 11 et 12 septembre 2021 à Nice.

La cause défendue est une réelle motivation pour notre collègue : le soutien à nos policiers actifs et administratifs en situation de handicap. Une collecte de fonds au bénéfice de ces hommes et femmes extraordinaires permettra de financer l'accès à des équipements sportifs adaptés. L'objectif est de faire oublier le handicap et recréer le lien social à travers une passion commune : le sport !

Ensemble nous sommes plus forts !

Pour plus d'information : www.lepotcommun.fr/pot/odtmnsf9

Tél. 01 48 86 89 85 - Courriel : reseaux@anas.asso.fr

