

MAGAZINE

Carca Santé

CPTS BASSIN CARCASSONNAIS - N°3 - MARS 2026

Pour nos ados
Un forum dédié

Gala de la Santé
L'album photo

ACCÈS AUX SOINS :
des actions sur mesure





© Ludo Charles

Le bon rendez-vous, au bon endroit, au bon moment

L'accès aux soins est aujourd'hui au cœur de nos préoccupations collectives. Face aux tensions qui pèsent sur notre système de santé, il est tentant de chercher des solutions uniquement du côté des pouvoirs publics ou des professionnels. Pourtant, la réalité est plus nuancée : l'accès aux soins est une responsabilité partagée, qui nous engage tous – collectivités, patients, professionnels de santé et acteurs du sanitaire et social.

Faire bon usage de nos ressources en santé n'est pas qu'une question d'organisation. C'est une affaire de conscience collective. Chacun de nos choix a un impact direct : sur les files d'attente qui s'allongent, sur les professionnels qui s'épuisent, sur les coûts qui explosent. Solliciter les urgences pour une consultation qui aurait pu attendre, multiplier les rendez-vous sans coordination, ignorer les conseils de prévention... Voilà autant de comportements qui, mis bout à bout, fragilisent l'ensemble du système. C'est pourquoi l'éducation à la santé devient une mission essentielle pour tous les professionnels. Il ne s'agit pas seulement de soigner, mais d'accompagner chacun dans la conduite au changement, dans la

compréhension du paysage sanitaire dans lequel nous évoluons. Qui sont les acteurs ? Comment et quand les solliciter ? Cette urgence qu'on évoque en est-elle vraiment une ? Autant de questions qui, lorsqu'elles trouvent une réponse, permettent une utilisation plus juste et plus efficace de nos ressources.

Le Gala de la Santé que nous avons organisé récemment illustre parfaitement cette philosophie du « bon rendez-vous au bon endroit au bon moment ». Son succès reposait sur une idée toute simple : pour se connaître, il faut d'abord se reconnaître, se comprendre, créer une connexion directe. En réunissant l'ensemble des acteurs de notre territoire, nous avons posé les bases d'une collaboration renforcée et d'une meilleure lisibilité pour tous.

Merci à chacun d'entre vous pour votre engagement. Que cette année 2026 soit placée sous le signe de projets porteurs de sens, au service d'un accès aux soins plus équitable et plus durable pour notre bassin carcassonnais.

**Dr Anne Mandonnaud
et le Bureau de la CPTS Bassin Carcassonnais**



CarcaSanté. Magazine gratuit édité par la CPTS Bassin Carcassonnais. Directrice de publication : Anne Mandonnaud. Rédaction : Xavier Paccagnella - xavier.paccagnella@live.com
Conception graphique : hypergraphic.fr. Photo de Une : freepik.com. Impression : JF Impression. Publication : mars 2026. N° ISSN : demande en cours.



Merci à tous les acteurs et contributeurs de notre revue, qui par leur expertise et leur disponibilité, contribuent à son succès et à son utilité !

SOMMAIRE

ON SE DIT TOUT

06 Retour sur les temps forts des derniers mois, agenda, nouveautés réglementaires

10 Album photos : succès incontestable du premier Gala de la Santé



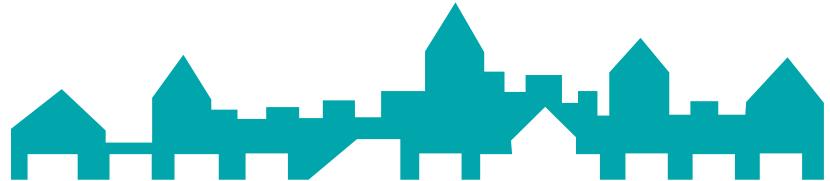
ON EN PARLE

12 Accès aux soins : des réponses adaptées pour chaque public.
L'accès aux soins reste un défi quotidien pour de nombreux habitants. La CPTS Bassin Carcassonnais s'engage pleinement pour y répondre avec des solutions concrètes. Grâce à la mobilisation de ses professionnels de santé, elle déploie des actions ciblées : permanences d'accès aux soins, coordination renforcée pour les patients chroniques, dispositifs innovants facilitant les parcours de soins... En tissant des liens étroits entre ville et campagne, nous répondons aux besoins spécifiques de chaque territoire du bassin, réduisant les inégalités et garantissant à tous un accès équitable aux soins de qualité. Focus.

> IN EXTENO

Nouveau : recrutement d'un médiateur santé !





ON ÉCHANGE

26 La démarche qualité au cœur des process

- Maximiser le potentiel de nos actions
- Affirmer une démarche d'amélioration continue
- Optimiser et améliorer l'accès aux soins

ON A BESOIN DE VOUS

30 Retrouvons-nous au prochain Forum des Ados !

Le prochain Forum des Adolescents, organisé le 12 octobre prochain à Carcassonne par la Maison des Adolescents de l'Aude et par notre CPTS, sera l'occasion de présenter aux jeunes présents le panel de structures existantes sur notre secteur. Objectif : donner des réponses concrètes à une jeunesse certes très connectée et qui se pose encore beaucoup de questions...



ON EST LÀ

34 Contacts et liens utiles

- Cartographie territoriale
- Composition du Bureau
- Composition du Conseil d'administration

Accès direct aux orthophonistes

Faites circuler l'information sans modération ! Depuis l'inscription de l'accès direct dans notre projet de santé, les orthophonistes adhérents à la CPTS peuvent désormais recevoir des patients sans prescription médicale préalable. Cette avancée, permise par la loi Rist de 2023, est une vraie reconnaissance de leur expertise, au service d'un meilleur accès aux soins sur notre territoire et simplifie le parcours des patients, tout en libérant du temps médical. Le process est simple : les orthophonistes réalisent le bilan, déterminent le nombre de séances nécessaires et déposent systématiquement le compte rendu dans le Dossier Médical Partagé (DMP) du patient.

Note pour les orthophonistes : lors d'une consultation en accès direct, vous devez transmettre un bilan initial et un compte rendu des soins réalisés au médecin traitant et enregistrer ces documents dans le Dossier médical partagé (DMP) sous réserve de l'accord exprès de l'assuré. [Plus d'infos sur fno.fr](#) —



Nouveau zonage : un territoire requalifié

L'ARS Occitanie a publié le nouveau zonage des médecins généralistes. Il couvre désormais 83 % des communes d'Occitanie, bénéficiant à 48 % de la population régionale, en hausse de 15 % par rapport au zonage précédent.

Cette révision, qui remplace la version 2022, détermine les zones éligibles aux aides à l'installation et au maintien. Sur notre territoire, cette requalification ouvre de nouvelles perspectives pour attirer et soutenir les médecins qui souhaitent s'installer. Le territoire est classé en trois types de zones selon l'accessibilité aux soins :

- **ZIP (Zone d'intervention prioritaire)** : zone la plus sous-dotée. Elle ouvre droit à l'aide la plus significative : 10 000 € à l'installation pour un médecin libéral primo-installé, via l'Assurance Maladie. Les étudiants

en médecine générale y bénéficient d'une indemnité forfaitaire de 1 000 € brut par mois de stage, et les maîtres de stage installés en ZIP perçoivent une prime complémentaire de 800 € brut par mois par étudiant accueilli.

- **ZAC (Zone d'action complémentaire)** : zone intermédiaire. L'aide à l'installation y est fixée à 5 000 € pour un médecin primo-installé. Les mêmes avantages pédagogiques qu'en ZIP s'y appliquent pour les maîtres de stage.

- **ZAR (Zone d'appui régionale)** : zone la moins prioritaire. Elle ne génère pas d'aide forfaitaire à l'installation classique, mais les médecins installés dans un QPV (Quartier prioritaire de la Ville) classé en ZAR peuvent prétendre à une aide de 5 000 € via l'ARS.

À noter : les médecins ouvrant un cabinet secondaire en ZIP perçoivent 3 000 €. Des exonérations fiscales complètent ces dispositifs selon les territoires concernés. —

Le Cœur des Femmes

La Journée du Cœur des Femmes, organisée le 24 janvier dernier par la MSP Carcassonne-Est, aura marqué avec éclat le début d'année.

Sensibilisation, dépistage, orientation pour toutes les femmes : cette journée essentielle est l'occasion de rappeler que les maladies cardiovasculaires restent la première cause de mortalité chez les femmes (75 000 décès par an)... Cela même alors que 8 accidents sur 10 pourraient être évités par la prévention ! Le dispositif s'adresse en priorité aux femmes en situation de vulnérabilité, éloignées du parcours de soins. Ainsi, 70 femmes du territoire ont bénéficié gratuitement d'un bilan complet de santé cardiovasculaire, grâce à une mobilisation pluridisciplinaire de professionnels de santé. Une démarche alignée avec les travaux menés sur le parcours de l'insuffisance cardiaque. ■



NOTRE COMMUNAUTÉ GRANDIT EN LIGNE

Amis, sympathisants, patients, partenaires, soignants, Carcassonnais...

Afin de renforcer la visibilité de nos actions sur le territoire, nous montons en charge sur les réseaux sociaux. Déjà présents sur LinkedIn, vous pouvez aussi nous retrouver sur Facebook.

Un bilan 2025 exemplaire ! / Nous sommes fiers d'annoncer que nous atteignons 100 % de nos indicateurs pour la troisième année consécutive ! Cette performance (exercice 2024/2025) témoigne de l'engagement et de la collaboration de l'ensemble de nos professionnels de santé du territoire. Cap sur 2026 désormais, avec la même énergie et une équipe « à 100 % » focalisée sur ses objectifs ! ■

Groupe de travail Santé mentale : on recrute / Afin de consolider le groupe de travail « Santé mentale » récemment constitué, la CPTS est toujours à la recherche de professionnels de santé du territoire souhaitant apporter sa contribution et/ou leur expertise. Psychiatres, psychologues, médecins généralistes, infirmiers, travailleurs sociaux... Toutes les compétences sont les bienvenues pour construire ensemble des réponses adaptées aux besoins du territoire en matière de santé mentale. L'objectif : améliorer le repérage, faciliter l'orientation et renforcer la coordination entre les acteurs. Vous êtes intéressé ? Contactez-nous sur cptsdubassincarcassonnais@gmail.com ■

Mon Bilan Prévention continue sa montée en charge / En 2026, Mon Bilan Prévention poursuit sa mobilisation des soignants pour inviter les Français à prendre rendez-vous avec leur santé. Médecins, infirmiers, pharmaciens et sages-femmes peuvent se déclarer effecteurs et proposer ce bilan gratuit à leurs patients. Quatre âges clés sont concernés : 20-25 ans, 40-45 ans, 50-55 ans et 60-65 ans. Ce rendez-vous de prévention permet d'évaluer les habitudes de vie, de dépister les facteurs de risque et d'orienter vers les professionnels adaptés. Les modalités pratiques sont simples et consultables sur monbilanprevention.sante.gouv.fr ■

Post-partum : la CPTS candidate à l'appel à projets

La CPTS Bassin Carcassonnaise déposé un dossier ambitieux dans le cadre d'un appel à projet REAAP (Réseau d'écoute d'Appui et d'Accompagnement des Parents).

Le projet « Bien vivre son post-partum » propose un cycle de 4 ateliers collectifs pour 48 femmes du territoire, animés par une sage-femme et une kinésithérapeute. L'objectif : prévenir la dépression post-partum (qui touche 16,7% des mères), rompre l'isolement, renforcer les compétences parentales et faciliter l'accès aux ressources locales. Cette initiative s'inscrit dans la politique des 1 000 premiers jours et répond à un réel besoin identifié par les professionnels de terrain. Résultats attendus d'ici quelques semaines. ■



© freepik.com



© freepik.com

Protection renforcée face aux agressions

La loi du 9 juillet 2025 visant à renforcer la sécurité des professionnels de santé marque une avancée majeure dans un contexte d'explosion des violences en milieu sanitaire.

L'innovation majeure du texte réside dans l'extension sans précédent de la protection pénale. Désormais, tous les professionnels exerçant dans les établissements de santé, cabinets libéraux, pharmacies, laboratoires ou structures médico-sociales bénéficient du même régime protecteur. Cela inclut aussi les agents d'accueil, secrétaires médicales, personnels de sécurité : tous sont couverts, quel que soit leur statut ou lieu d'exercice.

Les peines sont agravées :

- Jusqu'à 5 ans d'emprisonnement et 75 000 € d'amende en cas d'ITT supérieure à 8 jours, 7 ans pour les agressions sexuelles.

● Le délit d'outrage, auparavant limité aux agents publics, s'applique désormais à tous les professionnels. Les peines peuvent atteindre 6 mois d'emprisonnement en cas d'outrage.

Nouveau également : la loi autorise les employeurs à déposer plainte au nom de leurs salariés après accord écrit. Pour les libéraux, les ordres professionnels et les URPS peuvent ainsi désormais agir en justice pour le compte des praticiens qui en font la demande. « *Cette loi affirme le refus catégorique de banaliser les violences contre ceux qui soignent et ceux qui les accompagnent dans cette mission.*

Elle reconnaît leur droit à exercer en sécurité. Le signal est fort ! Il dit tolérance zéro face aux violences », réagit Alexandrine Comméléra, infirmière libérale et trésorière adjointe. ■

Texte officiel >



Accès aux soins : une mobilisation qui fait grand bruit !

La CPTS Bassin Carcassonnais et la MSA Grand Sud ont récemment uni leurs forces pour alerter les médias sur la situation de l'accès aux soins sur notre territoire, portant à la connaissance du public (dont font partie les assurés MSA) les résultats d'une étude qui met en évidence une dégradation continue et préoccupante de la situation pour les assurés du régime agricole.

Selon les données de la CPAM de l'Aude (période 2020-2025, 2^e trimestre), le nombre d'adultes sans médecin traitant déclaré dans le bassin carcassonnais est effectivement passé de 4 337 au 31 décembre 2020 à 7 708 au 3 juin 2025, soit une hausse de 77,7 % en quatre ans et demi. L'analyse menée conjointement avec la MSA Grand Sud confirme et accentue ce constat : 15,1 % des assurés agricoles du bassin carcassonnais n'ont pas de médecin traitant déclaré, soit près d'un individu sur six. Parmi eux, les assurés en ALD (Affection de Longue Durée) sont particulièrement vulnérables : 47 personnes en ALD sont actuellement sans médecin traitant... Nos équipes travaillent d'arrache-pied à trouver des solutions pour ne pas faire de cette réalité une normalité.



LES RETOMBÉES

- 10 reportages dans la presse (*Libération*, *L'indépendant*, *Infocitanie*...)
- Une brochure d'information distribuée massivement.

> **Lire notre dossier spécial page 14 pour en savoir plus.**

DES ADOS « BIEN DANS LEURS BASKETS »

La Maison de Santé de Carcassonne Est, avec la Maison des Adolescents de l'Aude, organise le 22 avril prochain, une journée spéciale ados, avec des ateliers gratuits pour les collégiens.

Objectif : parler santé, bien-être et mode de vie en s'amusant, pour changer le regard sur l'hygiène de vie. Au programme, des ateliers ludiques et variés :

- Dessiner ses rêves pour s'exprimer
- Mieux manger, mieux dormir, mieux grandir
- Réfléchir à l'usage des écrans et réseaux sociaux
- Bouger et se dépenser en plein air.

Inscription obligatoire, en scannant le QR code ou en remplissant le document "Autorisation et inscription" à l'accueil de la MSP (autorisation parentale requise).

Mercredi 22 avril 2026,
de 13h30 à 17h. Maison de Santé de Carcassonne Est - 77 avenue Maréchal Juin - Carcassonne.



4 DÉCEMBRE 2026

Rendez-vous au prochain Gala de la Santé

Créer du lien, décloisonner les pratiques, célébrer les professionnels de santé du territoire : c'est autour de ces ambitions qu'est né le premier Gala de la Santé de Carcassonne, en décembre dernier. Une soirée inédite, pensée comme un temps fort à la fois professionnel et convivial, qui a rencontré un véritable succès. Forte de cette première édition, la CPTS Bassin Carcassonnais prépare déjà la suite ! Deuxième édition prévue le 4 décembre 2026.

Le premier Gala de la Santé avait un objectif clair : favoriser l'interconnaissance entre les professionnels de santé du territoire. Pari tenu. Lors de cette soirée, de nombreuses rencontres se sont nouées entre des acteurs qui, jusque-là, se connaissaient peu ou pas du tout. Des sages-femmes ont échangé avec des professionnels de la PMI, des kinésithérapeutes avec des chirurgiens orthopédiques (etc.) et des liens se sont créés au-delà des disciplines et des structures. Cette dynamique relationnelle s'est traduite très concrètement : la période de communication autour du gala a permis une augmentation significative des adhésions à la CPTS, avec près d'une vingtaine de nouveaux professionnels engagés. Aussi, certains, initialement hésitants ou « *peu convaincus par le format* », ont été agréablement surpris par la qualité de l'événement et son ambiance, repartant avec une vision renouvelée de l'action collective. « *Les présentations de dispositifs, de métiers et les posters réalisés par les professionnels eux-mêmes ont également été très appréciés,*

valorisant l'expertise du territoire », ajoute le Dr Anne Mandonnaud, présidente de la CPTS.

Un événement maîtrisé et soutenu

Autre enseignement majeur de cette première édition : sa gestion rigoureuse et responsable. Un Gala de la Santé presque intégralement autofinancé, grâce à l'implication de partenaires engagés (banques, mutuelles, assurances, associations) et à l'ingénierie organisationnelle portée par la CPTS. L'événement a été piloté de A à Z en interne, de la conception à la logistique, en passant par le contenu et la coordination des acteurs.

Le format récréatif, comme un levier professionnel

Le choix d'un format festif n'est pas anodin. Face à une multiplication de conférences et de formats descendants, souvent perçus comme peu propices aux échanges, la CPTS a souhaité proposer une alternative. Un temps où l'on peut échanger librement, créer du lien et se retrouver, tout en restant pleinement dans le champ professionnel. ■



EN CHIFFRES

26 présentations professionnelles et plus de 300 professionnels de santé réunis lors de l'édition 2025. Une véritable « famille santé » réunie le temps d'une soirée.



PROCHAIN RENDEZ-VOUS
LE 4 DÉCEMBRE 2026



DOSSIER

L'accès aux soins : notre engagement territorial

L'accès aux soins constitue le socle fondamental de notre action. Cette mission prioritaire, inscrite au cœur de notre projet de santé depuis 2022, mobilise d'ailleurs l'ensemble de nos équipes comme l'intégralité des professionnels exerçant au sein du bassin carcassonnais.

Face aux défis sanitaires et sociaux de notre territoire*, nous avons fait le choix d'une approche résolument inclusive et plurielle. Car garantir l'accès aux soins, c'est bien plus que multiplier les dispositifs : c'est comprendre les spécificités de chaque public, adapter nos réponses à leurs besoins réels, c'est aussi créer des « passerelles » entre tous les acteurs de santé. C'est ainsi que du monde agricole aux femmes en période périnatale, des adolescents en quête de repères, aux seniors confrontés aux défis du vieillissement en passant par les publics les plus précaires, sans oublier les soi-

gnants eux-mêmes, notre CPTS déploie une palette d'actions concrètes et coordonnées. Ces initiatives, qui s'appuient sur des partenariats solides et sur l'engagement sans faille de nos adhérents, témoignent d'une conviction partagée : l'accès aux soins ne se décrète pas, il se construit jour après jour dans la proximité et la bienveillance. À travers ce dossier, nous souhaitons rappeler la diversité de nos actions et l'ambition qui les guide : faire de notre territoire un espace où chacun, quel que soit son âge, sa situation ou son environnement, puisse accéder à ce droit universel qu'on appelle la santé. ▶

*L'Aude est 5^e département le plus pauvre de France selon le dernier l'Observatoire des inégalités (2024)

Dans un contexte sanitaire marqué par la désertification médicale et les inégalités sociales de santé, la CPTS Bassin Carcassonnais a fait le choix d'une stratégie ciblée et inclusive. Et plutôt que de disperser ses efforts, elle a identifié les catégories de population nécessitant une attention particulière et des réponses adaptées. Citons parmi celles-ci, et de manière non-exhaustive, la communauté agricole (souvent éloignée des structures de soins et confrontée à des problématiques spécifiques), les femmes (notamment les femmes seules ou celles en période périnatale dont l'accompagnement conditionne la santé de toute la famille), les jeunes et notamment les adolescents en quête de repères (et confrontés à de nouvelles vulnérabilités) ou encore les seniors, dont le maintien de l'autonomie constitue un enjeu majeur de santé publique. Notez toutefois que cette segmentation n'est pas une fragmentation. Elle répond à une logique cohérente : celle de reconnaître que l'universalité de l'accès aux soins passe par la prise en compte des spécificités de chacun. Un exploitant agricole du territoire isolé sur ses terres ne rencontre pas les mêmes obstacles qu'une jeune mère seule du quartier du Viguier ou qu'une personne âgée sortant d'hospitalisation pour AVC. Leurs besoins diffèrent, leurs freins aussi, et nos réponses doivent en tenir compte. « *L'inclusion, ce n'est pas traiter tout le monde de la même façon, c'est adapter notre action aux réalités de chacun* », souligne à ce sujet, le Dr Anne Mandonnaud, présidente de la CPTS Bassin Carcassonnais.

Des hommes, des femmes et des outils

Rappelons aussi que cette approche différenciée s'inscrit dans une dynamique globale de territoire. « *Nos actions en direction de ces différents publics ne sont pas juxtaposées : elles se nourrissent mutuellement, créent des synergies, renforcent la cohérence de notre offre de soins. Le travail mené avec la MSA sur la santé des agriculteurs éclaire nos réflexions*

© CPTS BC



« Chaque initiative vise l'efficacité opérationnelle au service d'un objectif simple : que personne, sur notre territoire, ne renonce aux soins par manque d'information, d'accompagnement ou de ressources »



sur l'isolement des populations. Les protocoles développés pour le suivi des patients en insuffisance cardiaque bénéficient à tous nos patients chroniques. Les partenariats tissés avec les PMI et les Maisons Départementales de la Solidarité ouvrent des portes vers des publics fragilisés, quels que soient leur âge », analyse Myriam Khreiche, directrice-coordinatrice de la CPTS.

Une pénurie persistante de professionnels

Cette cohérence d'ensemble repose sur trois piliers : la prévention d'abord, gageant sagement que « mieux vaut prévenir que guérir » ; la coordination ensuite, parce que les parcours de soins complexes nécessitent des professionnels qui se connaissent et collaborent efficacement ; l'innovation enfin, qu'elle soit technologique (télémédecine), organisationnelle (protocoles pluriprofessionnels) ou partenariale (conventions avec les acteurs locaux). Nos actions s'appuient systématiquement sur des outils concrets, pensés pour être utiles tant aux professionnels qu'aux patients. Flyers d'information, protocoles de prise en charge, formations dédiées, événements de sensibilisation : chaque initiative vise l'efficacité opérationnelle au service d'un objectif simple - que personne, sur notre territoire, ne renonce aux soins par manque d'information, d'accompagnement ou de ressources. Les résultats sont tangibles. La dynamique enclenchée autour de DALIA, du SAS, de la Maison Médicale de Garde témoigne de la vitalité de notre écosystème de santé. « Mais nous ne nous reposons pas sur ces acquis. Chaque jour apporte son lot de défis, notamment face à l'ampleur des besoins et à la pénurie persistante de professionnels. C'est pourquoi nous continuons d'innover, de nouer de nouveaux partenariats, de mobiliser toutes les énergies disponibles. L'accès aux soins n'est pas un luxe, mais une exigence », réagit le Dr Anne Mandonnaud. ■

DALIA : premiers retours patients

Nos équipes ont réalisé, fin 2025, une enquête approfondie visant à évaluer le degré de satisfaction des usagers envers le dispositif DALIA, mis en place sur notre territoire. L'enquête de satisfaction a été réalisée au format papier, distribuée aux patients en salle d'attente du dispositif DALIA. Elle a permis de recueillir 111 questionnaires, pour une population estimée entre 1 000 et 1 300 patients. Voici les points clés.

85,3 %

Sur les 109 patients ayant exprimé un avis, la satisfaction globale vis-à-vis du dispositif DALIA apparaît très élevée. Plus de 8 répondants sur 10 se déclarent en effet « tout à fait satisfaits » de leur prise en charge.

96 %

des usagers interrogés attribuent une utilité au dispositif. Cette reconnaissance quasi unanime conforte la pertinence du modèle DALIA comme réponse adaptée aux besoins de suivi médical des patients en ALD dépourvus de médecin traitant.

9 sur 10

La prise en charge alternée médecin/IPA est largement validée par les usagers, avec près de 90 % d'avis positifs. La présence d'une part légèrement plus importante de réponses intermédiaires reflète une hétérogénéité des expériences, sans remise en cause de l'adhésion globale au modèle. Même satisfaction globale au sujet des assistant médicaux, dont la qualité de la prise en charge globale, tant sur le plan de la relation humaine, de l'écoute, que de la réponse apportée.

Monde agricole : restaurer la santé

Dans les plaines et les collines du Bassin Carcassonnais, le monde agricole représente une composante spécifique de notre territoire. Pourtant, cette population fait face à des défis sanitaires particuliers, longtemps restés dans l'ombre. Isolement géographique, charge de travail intense, culture de l'endurance au détriment de la santé, difficultés économiques : autant de facteurs qui éloignent les agriculteurs du système de soins et fragilisent leur santé physique et mentale.

Consciente de ces enjeux, la CPTS Bassin Carcassonnais a noué un partenariat stratégique avec la Mutualité Sociale Agricole (MSA) pour développer des actions ciblées en direction de ce public. « Les agriculteurs sont des travailleurs indépendants qui prennent rarement le temps de s'occuper d'eux-mêmes. Ils consultent tard, souvent trop tard. Notre rôle, c'est d'aller vers eux, de déstigmatiser le recours aux soins », explique Anne Mandonnaud. Plusieurs axes d'intervention ont été identifiés. L'accès aux soins requérira l'action la plus immédiate et une réponse



© Matteo Vistocco/Unsplash

simple. Affection longue durée (ALD), maladie chronique, urgence, semi-urgence, besoin de suivi, recherche de médecin traitant... Vers qui se tourner et comment procéder ?

Un dépliant d'information

C'est pour répondre à cette question que nous avons imaginé un dépliant d'information clair et transparent, imprimé en 1 500 exemplaires et distribué dans pas moins de 20 pharmacies et dans les 17 mairies et centres sociaux du territoire. Vous l'aurez probablement eu entre les mains. Il est aussi téléchargeable sur notre site

internet en flashant le QR code en bas de cette page. « Nous avons voulu un document très concret, qui parle directement aux agriculteurs et à leurs proches, sans jargon médical ni administratif », précise le Dr Tauzin de la MSA. Le slogan, clin d'œil subtil à notre patrimoine agricole se veut rassurant : « En cas de pépin, il y a toujours un médecin ». Et qu'on se le dise, c'est bien le cas. —

Télécharger le flyer
« Accès aux soins »



Avec les femmes !

L'attention portée à la santé des femmes constitue un autre axe de notre action territoriale. De la prévention cardiovasculaire à l'accompagnement périnatal, la CPTS Bassin Carcassonnais déploie une palette d'initiatives visant à répondre aux besoins spécifiques de ce public, souvent confronté à des inégalités d'accès aux soins et à une charge mentale considérable.

La santé cardiovasculaire des femmes a longtemps été sous-estimée, alors qu'elles représentent désormais près de la moitié des victimes d'accidents cardiaques en France. C'est pourquoi notre CPTS s'est mobilisée pour relayer la Journée du Cœur des Femmes, organisée par la MSP Carcassonne Est et mobilisant une vingtaine de professionnels de santé, parmi lesquels des médecins généralistes, des cardiologues, des gynécologues, IPA, kinés... Cette journée de sensibilisation et de dépistage a permis d'alerter sur les facteurs de risque spécifiques aux femmes (grossesse, ménopause, contraception) et de proposer des bilans de santé personnalisés. « Beaucoup de femmes négligent leur propre santé au profit de celle de leurs proches. Nous voulons inverser cette tendance », souligne le Dr Hélène Sentenac, médecin généraliste de la MSP.

L'accompagnement périnatal

L'accompagnement périnatal représente un autre champ d'action prioritaire. La période qui entoure la naissance est cruciale, tant pour la santé de la mère que pour celle de l'enfant. Pourtant, de nombreuses femmes se retrouvent isolées après leur retour à domicile, confrontées à des difficultés physiques, ►

© freepik.com



psychologiques ou sociales sans toujours savoir vers qui se tourner. La CPTS a donc intensifié son travail de réseau auprès des services de Protection Maternelle et Infantile (PMI) du Département et des Maisons Départementales de la Solidarité (MDS). L'objectif : améliorer le maillage territorial et favoriser des actions coordonnées entre les professionnels de santé de la CPTS et les partenaires du territoire, pour mieux répondre aux besoins des femmes en période post-partum. « Nous avons constaté que de nombreuses situations de détresse passaient sous les radars. Les baby blues non détectés, les difficultés d'allaitement, l'épuisement maternel, les violences intrafamiliales parfois : tout cela nécessite une vigilance collective », explique Marine Campagnaro, sage-femme libérale.

Actions de prévention

Des protocoles de coordination sont en cours de réflexion pour faciliter les échanges entre professionnels de ville (médecins, sages-femmes, infirmières, pharmaciens) et services départementaux. L'idée : qu'une sage-femme libérale puisse alerter facilement la PMI en cas de situation préoccupante, qu'une infirmière à domicile sache vers qui orienter une jeune mère en difficulté, que les signaux faibles ne restent jamais sans réponse. Des actions de prévention sont également menées, en lien avec les professionnels concernés, pour aborder les questions de contraception, de dépistage des cancers féminins, d'éducation à la santé sexuelle. Cette approche globale vise à accompagner les femmes tout au long de leur vie, en reconnaissant la spécificité de leurs besoins à chaque étape et en leur offrant un continuum de soins adaptés. —

Nouveau : un référent territorial SAS !

Le 1^{er} janvier 2026, une convention historique a été signée entre le Centre Hospitalier de Carcassonne et l'Association de Permanence des Soins de l'Aude (APSA). Cette collaboration marque un progrès majeur dans l'organisation des soins non programmés sur notre territoire et constitue une forme assez unique en France par son approche partenariale.

Cette convention a permis le recrutement d'un référent territorial SAS, poste stratégique pour améliorer la coordination entre tous les acteurs. Marc Sautai a pris ses fonctions le 9 février dernier, fort d'une expérience robuste, notamment au sein d'un Dispositif d'Appui à la Coordination (DACP), qui lui confère une excellente connaissance des enjeux de coordination territoriale. Ses missions sont multiples et centrales. Sur le plan administratif, il assure la gestion des Opératrices de Soins Non Programmés (OSNP), ces professionnelles qui travaillent en lien avec les médecins libéraux sur la plateforme SAS en journée, cherchant par exemple des rendez-vous médicaux pour les patients. Marc Sautai fait également le lien avec les CPTS, se positionnant comme nous à la croisée des chemins entre ville et hôpital. Il devient ainsi notre interlocuteur unique, gage d'efficacité, de fluidité et d'un meilleur suivi des actions menées.

Rappelons que l'Aude a été département pilote pour le SAS, avec un fonctionnement qui donne aujourd'hui toute satisfaction, notamment grâce à l'action de trois médecins : le Dr Yves-Michel Etchepare, médecin responsable du SAMU de l'hôpital et à l'origine du dispositif, le Dr Benoît Crasous, et le Dr Anne Mandonnaud, en sa qualité de présidente de l'APSA. La particularité audoise réside dans le fait que l'APSA gère cette dimension opérationnelle. Puisque les Opératrices de Soins Non Programmés travaillent avec les libéraux, ce choix organisationnel s'est révélé plus cohérent, fluide et transparent. Autre point d'efficacité : la Maison Médicale de Garde, qui tourne à plein régime, fonctionnant avec une régulation systématique par le 15 ou par un rendez-vous SAS, garantissant ainsi un parcours patient optimal.



Tranches de vie de 7 à 77 ans

À chaque âge, ses réalités. Et pour ces publics hétéroclites, une réponse à construire.

PUBLICS JEUNES

L'adolescence et le jeune âge adulte constituent des périodes charnières, marquées par des transformations profondes et parfois des fragilités importantes. Dans l'Aude, près d'un adolescent sur cinq présente des signes de détresse psychologique, et les demandes d'accompagnement ont augmenté de 30 % ces deux dernières années*. Face à ce constat alarmant, la CPTS Bassin Carcassonnais a fait de la santé des jeunes une priorité.

Le premier Forum des Adolescents, co-organisé en mars dernier avec la Maisons des Adolescents de l'Aude, a marqué un tournant. Plus de 250 jeunes de 14 à 18 ans ont pu découvrir les structures d'écoute et d'accompagnement existantes sur le territoire, échanger avec des professionnels, s'informer sur des thématiques essentielles : santé mentale, addictions, vie affective et sexuelle, orientation. « Ces jeunes sont hyperconnectés mais souvent très isolés.

Ils se posent des questions essentielles sans toujours oser les formuler », constate le Dr Anne Mandonnaud. Le court-métrage ZAC, financé par la CPTS, constitue un outil précieux pour ouvrir le dialogue. Cette fiction met en scène Zacharie, adolescent confronté à des questionnements sur la sexualité, la consommation de substances psychoactives, la pression du groupe. Utilisé comme support de ciné-débats pour des actions de prévention santé auprès des jeunes, il permet d'aborder ces sujets sensibles dans un cadre bienveillant et non moralisateur. Un kit de déploiement complet a été élaboré pour accompagner les professionnels souhaitant organiser ces séances.

Santé sexuelle

La santé sexuelle des jeunes fait l'objet d'une attention particulière. La semaine nationale de la Santé Sexuelle a été l'occasion d'interventions auprès de 70 étudiants du Purple Campus, en collaboration avec la Maison des Adolescents et le Dr Stéphane Viale, urologue. Face à la ▶



© Adam McCauley/Unsplash

recrudescence des infections sexuellement transmissibles, ces actions de prévention sont essentielles. « *Les jeunes manquent d'informations fiables. Leurs pratiques ont évolué, mais leur connaissance des risques n'a pas suivi* », alerte Christelle Hortala, Directrice MDA11. Des dispositifs facilitent désormais l'accès aux soins pour ce public : dépistages gratuits et sans ordonnance des IST en laboratoire, dispositif Mon soutien psy permettant de consulter un psychologue en accès direct, permanences de la Maison des Adolescents offrant écoute et accompagnement gratuits et anonymes.

L'enjeu, pour la CPTS, est de mobiliser les professionnels de santé du territoire pour multiplier les points de contact avec ces jeunes, d'être présente là où ils se trouvent (établissements scolaires, centres de formation, réseaux sociaux), et de déconstruire les freins qui les empêchent de consulter : peur du jugement, méconnaissance des dispositifs, difficultés financières, manque de confidentialité. « *Nous voulons leur faire comprendre que prendre soin de sa santé n'est pas un signe de faiblesse mais d'intelligence* », résume le Dr Anne Mandonnaud. ■

PUBLICS SENIORS

Le vieillissement de la population constitue l'un des défis majeurs de notre territoire. Face à cette réalité démographique, la CPTS Bassin Carcassonnais déploie une stratégie ambitieuse visant à maintenir l'autonomie des seniors le plus longtemps possible et à améliorer leur qualité de vie. Cette approche se décline à travers plusieurs dispositifs complémentaires, alliant prévention, coordination des soins et accompagnement des pathologies chroniques.

Les ateliers bien-être seniors, récemment développés grâce au soutien de la Conférence des Financeurs de la prévention de la perte de l'autonomie, constituent la pierre angulaire de notre action préventive. Ces séances collectives, animées par des professionnels de santé du territoire, abordent différentes thématiques : activité physique adaptée, nutrition, stimulation cognitive, lien social. L'après-midi organisée en octobre dernier aux Jardins d'Arcadie en est un parfait exemple. Plus de 80 seniors ont participé à des ateliers d'art-thérapie, yoga, automassage, théâtre, peinture collective, groupe de paroles. « *Ces moments sont précieux. Ils permettent de lutter contre l'isolement, de transmettre des conseils santé, et de créer une dynamique positive* », témoigne Céline Fonquergne, Chargée de mission parcours personne âgée de la CPTS. A noter que le programme ICOPE (Integrated Care for Older People), développé par l'OMS, est passé dans le droit commun, marquant son intégration définitive dans le système de santé national. Ce



// ON EN PARLE //

médecin rééducateur, engagé dans ce parcours. Après plusieurs mois de préparation, le dispositif entre maintenant dans sa phase opérationnelle pour une durée d'un an. L'ensemble des documents et informations sont disponibles sur le site de la CPTS.

Parcours Post-AVC

Le parcours Post-AVC, répond à un besoin criant. Avec environ 437 patients hospitalisés pour AVC chaque année au Centre Hospitalier de Carcassonne, dont près de 9 % sont réhospitalisés dans les trois mois, la continuité des soins lors du retour à domicile est cruciale. Le protocole développé par la CPTS organise cette transition : visite hebdomadaire d'un infirmier, consultation avec le médecin traitant sous 21 jours, suivi neurologique, séances d'éducation thérapeutique, réadaptation.

Un flyer Post-AVC, remis systématiquement à la sortie d'hospitalisation, guide les patients et leurs aidants dans ce parcours complexe.

Cette attention portée aux seniors s'accompagne d'un soutien aux aidants familiaux, souvent épuisés par la charge de l'accompagnement. Des groupes de parole, des formations aux gestes du quotidien, des informations sur les aides disponibles leur sont proposés sur le territoire par les MSP, l'espace senior... Prendre soin des seniors, c'est aussi prendre soin de ceux qui les entourent au quotidien. —

En savoir + sur nos actions >

dispositif de dépistage précoce de la fragilité permet d'identifier les personnes âgées présentant des signes de déclin fonctionnel et de mettre en place rapidement des interventions ciblées. L'enjeu : éviter la perte d'autonomie ou en ralentir la progression. Au-delà de la prévention, la CPTS s'attache à améliorer la prise en charge des pathologies chroniques fréquentes chez les seniors. Le protocole pluriprofessionnel Insuffisance Cardiaque vise à réduire les hospi-

talisations évitables et à maintenir les patients à domicile dans les meilleures conditions, grâce à un suivi structuré. Ce parcours coordonné mobilise médecins traitants, cardiologues, infirmières, pharmaciens et professionnels de la rééducation autour d'objectifs partagés. « *L'insuffisance cardiaque touche près de 870 patients sur notre territoire. Un suivi rigoureux peut éviter les décompensations et préserver l'autonomie* », souligne le Dr Mazen Nukkari,

© Fred Klotz/Unsplash



Nouveau levier d'accès aux soins : le médiateur santé

Face aux défis d'accès aux soins que connaît notre territoire, Carcassonne Agglo et la CPTS Bassin Carcassonnais franchissent une étape décisive avec l'arrivée du premier médiateur en santé du territoire. Nous accueillons cette nouvelle avec enthousiasme car ses actions seront bénéfiques pour l'ensemble de la communauté de soin et, par extension, pour tous nos patients.



Sur notre territoire, 36 % des habitants déclarent avoir renoncé à des soins, principalement pour des raisons financières ou d'accessibilité, tandis que 9 % de la population reste sans médecin traitant. Évoquons aussi ce chiffre préoccupant : 21,4 % des habitants vivent sous le seuil de pauvreté, contre 15 % en France*. Dans un contexte marqué par la tension démographique médicale et les inégalités croissantes d'accès aux soins, la médiation en santé ne vient pas s'ajouter à l'offre existante : elle en devient une composante indispensable pour atteindre les populations qui en sont exclues. « *Conformément aux recommandations de la HAS, ce nouveau professionnel assure une fonction d'interface essentielle : faciliter l'accès aux droits, à la prévention et aux soins pour les publics les plus vulnérables, tout en sensibilisant les acteurs du système de santé aux obstacles rencontrés sur le terrain* », rappelle Myriam Khreiche, directrice-coordinatrice de notre CPTS.

Un outil d'interface au service de tous

Véritable maillon entre les usagers et le système de santé, le médiateur ne se substitue pas aux professionnels de santé mais crée du lien, participe à un changement des représentations et rend les parcours plus lisibles et mieux coordonnés. « *Au-delà de l'orientation, il contribue à lever les freins administratifs, culturels ou organisationnels, instaure une relation de confiance et favorise l'autonomie des personnes accompagnées. C'est un précieux allié de notre CPTS* », analyse pour sa part le Dr Anne Mandonnaud. Son action vise trois objectifs opérationnels : améliorer l'accès aux dispositifs de santé, développer l'autonomie des populations accompagnées et sensibiliser les professionnels aux spécificités des publics en situation de précarité.

Des missions au cœur des enjeux territoriaux

De manière très concrète, les missions du médiateur s'articulent autour de trois axes prioritaires.

- **Il facilite d'abord l'accès aux soins.** En identifiant les freins administratifs, financiers, géographiques, linguistiques ou culturels, accompagne les usagers dans leurs démarches (prise de rendez-vous, ouverture de droits, orientation vers les professionnels et dispositifs adaptés) et soutient la continuité des parcours de soins, de santé et de vie, notamment pour les publics en situation de précarité.

QUELLE VALEUR AJOUTÉE POUR LES PROFESSIONNELS LIBÉRAUX ?

Pour les professionnels de santé du territoire, ce nouveau dispositif représente un appui précieux. Le médiateur peut intervenir en amont de la consultation pour lever les obstacles qui empêchent certains patients d'accéder au soin : problèmes de droits, difficultés de compréhension du système, freins culturels ou linguistiques. Il facilite également les orientations vers les dispositifs adaptés (DALIA, OMEDYS, Centre de santé, structures médico-sociales) et contribue à réduire les ruptures de parcours.

- **Il renforce le lien entre populations et professionnels.** En développant l'empowerment (reprise en main) des personnes accompagnées, en sensibilisant les soignants aux réalités des publics vulnérables, et en partageant les constats de terrain pour alimenter une culture commune de la médiation et de la coordination.

Un large spectre de problématiques

Le médiateur interviendra sur un large spectre de problématiques de santé, en lien étroit avec les partenaires territoriaux. L'accès aux droits (couverture maladie, mutuelles, Mon espace santé) mobilisera CPAM, PASS, DAC, mutuelles partenaires, centres sociaux, etc. La santé globale intégrera alimentation, activité physique, addictions et maladies chroniques, en s'appuyant sur les dispositifs locaux. Une attention particulière sera aussi portée à la santé mentale (enjeu majeur sur un territoire où 13 % des habitants consomment des psychotropes), avec l'appui des acteurs locaux, associations, GEM, Maison des Adolescents de l'Aude, etc.

- **Il agit ensuite en prévention et promotion de la santé.** Mettant en œuvre ou relayant les actions de sensibilisation sur les thématiques prioritaires du territoire : maladies chroniques, addictions, santé mentale, santé des jeunes et des aînés, santé maternelle et infantile, sans oublier la santé environnementale. Il promeut les comportements favorables à la santé (alimentation, activité physique, hygiène de vie), contribue à déstigmatiser les troubles psychiques et participe aux campagnes de prévention portées par le CLS, le Centre de santé et la CPTS : vaccination, dépistage, bilan prévention.

Les actions en direction de la santé maternelle et infantile, de la jeunesse (développement des compétences psychosociales, prévention des risques) et des personnes âgées (lutte contre l'isolement, maintien de l'autonomie via ICOPE) compléteront ce dispositif. Intégré dans une dynamique interprofessionnelle forte, le médiateur participera aux réunions de coordination de la CPTS, notamment sur les missions accès aux soins et prévention. « *Il assurera une mission de veille sanitaire et sociale, remon-* ▶

tera des indicateurs partagés et contribuera à la co-construction de projets collectifs : ateliers santé, campagnes de prévention, actions thématiques en lien avec les partenaires du territoire », précise Myriam Khreiche, directrice de la CPTS.

Un projet partenarial structuré

Fruit d'une gouvernance partagée entre le Centre de santé intercommunal de Carcassonne-Agglo et la CPTS Bassin Carcassonnais, inscrite dans le cadre stratégique du Contrat Local de Santé signé en février 2024, cette initiative repose sur une complémentarité opérationnelle remarquable : l'ancrage de proximité et de soins du Centre de santé s'allie à la capacité de coordination interprofessionnelle de la CPTS, qui fédère aujourd'hui plus de 387 adhérents sur 17 communes. Le calendrier triennal 2025-2028 prévoit une montée en charge progressive et réfléchie de la mission du méditeur santé.

- **L'année 1** est consacrée au diagnostic territorial, à la cartographie des besoins, aux premières permanences dans les centres sociaux et aux premières actions de sensibilisation.

- **L'année 2** verra le déploiement renforcé dans les quartiers prioritaires de la politique de la ville, avec des permanences régulières et des actions thématiques ciblées.

- **L'année 3** permettra l'extension vers les zones rurales isolées, avec des permanences mobiles et des campagnes adaptées aux spécificités de ces territoires.



Un dispositif d'évaluation rigoureux, articulé autour d'indicateurs de réalisation (nombre de permanences, d'accompagnements, d'actions collectives), de résultat (taux de satisfaction, accès effectif au soin, ouverture de droits) et d'impact (évolution du recours aux soins, renforcement du pouvoir d'agir), permettra d'ajuster les priorités et de mesurer les effets concrets

de cette action. Retenons, pour l'heure, qu'avec l'arrivée du médiateur en santé, notre territoire se dote d'un outil précieux pour réduire durablement les inégalités d'accès aux soins, renforcer la coordination entre acteurs et replacer le patient au cœur d'un parcours de santé accessible, cohérent et humain. En cela, c'est une excellente nouvelle pour chacun de nous. ■

« Nous sommes aussi au chevet des soignants »

Le 28 janvier dernier, nous vous réunissions autour d'une « galette des soignants » pour une soirée peu ordinaire. **Pas de protocoles ni de dossiers patients à l'ordre du jour, mais une question essentielle : comment prendre soin de ceux qui soignent ? Cette galette, dédiée à la prévention de la souffrance professionnelle, témoigne d'une démarche volontariste sur le délicat sujet du bien-être des professionnels de santé.**

Les chiffres parlent d'eux-mêmes. Selon une enquête nationale de 2024 auprès des internes de médecine générale, un interne sur trois a déjà vécu un épisode dépressif, deux sur trois se déclarent en burn-out. Si la formation broie déjà, l'exercice en ville n'épargne guère : surcharge de travail, désorganisation du temps, exigences croissantes et sentiment d'insécurité forment un cocktail toxique. La souffrance des soignants n'est plus un tabou, elle devient une urgence de santé publique. Lors des Journées nationales des CPTS en novembre 2024, les intervenants ont comparé le rôle des structures territoriales à celui d'un traitement pour l'hypertension : un régulateur indispensable. La CPTS Bassin Carcassonnais s'inscrit dans cette logique, en développant des actions concrètes qui visent

AFTERWORKS ET ACTIVITÉS 2026

Afterworks

- 23 avril : Red Lions
- 25 juin : Le Wake lac de la Cavayère
- 30 juillet : La Métairie
- 20 octobre : Le couvent
- 17 décembre : Les chalets

Activités

- 19 février : Qi Gong
- 27 mars : Atelier bien-être et relaxation
- 28 mai : Danse
- 24 septembre : Sophrologie
- 26 novembre : Atelier apprivoiser ses émotions

[Inscriptions >](#)



trois axes complémentaires. À l'issue de la soirée du 28 janvier, animée par la psychologue Anca Tapaszto, les participants ont découvert un programme gratuit de cinq ateliers thématiques (voir encadré ci-dessus). « Ces rendez-vous, programmés de février à novembre 2026, offrent aux professionnels un temps pour eux, loin des urgences et des protocoles. L'objectif affiché : initier au lâcher-prise, cette capacité à déconnecter qui fait souvent défaut dans des métiers où l'engagement confine au sacrifice. C'est d'ailleurs

dans cet état d'esprit que nous avons imaginé et mis sur pied le grand Gala de la santé l'an dernier », explique Sylvie Labadie.

La force du collectif

Au-delà des pratiques individuelles, la CPTS mise sur le renforcement du lien social. Notez aussi la tenue de cinq afterworks informels tout au long de l'année pour favoriser les échanges entre pairs. Car l'isolement demeure l'un des facteurs majeurs d'épuisement en médecine de ville. Les groupes d'analyse de pratiques, identifiés lors de la table ronde nationale comme le levier le plus efficace, permettent de partager, décharger, comprendre. Quand d'autres CPTS organisent des Cluedo géants ou des sorties cueillette de châtaignes, l'essentiel reste identique : recréer du commun.

Une démarche réaliste

Cette dynamique ne prétend pas résoudre les problèmes structurels du système de santé. Elle propose des espaces de respiration, des moments où la communauté professionnelle se reconstruit. Comme le rappellent les spécialistes, la souffrance au travail est subjective, liée à l'histoire et au vécu de chacun. Les solutions doivent donc être multiples, souples, accessibles. Notre CPTS l'a compris : mieux vaut des actions modestes mais régulières qu'un discours incantatoire sur le bien-être. On vous dit donc... À bientôt !

ÉVALUATION DE NOS ACTIONS

La démarche qualité, atout majeur de notre action

Coordinatrice de la CPTS Bassin Carcassonnais, Myriam Khreiche a accepté de se prêter au jeu de l'interview afin de nous présenter, avec force d'exemples, la démarche qualité engagée par notre association, qui se traduira notamment par la signature de nombreux partenariats et convention, mais aussi par la mise à disposition de nouvelles ressources. Une façon d'illustrer l'importance et l'efficacité du moindre geste visant à renforcer le poids de nos actions. Et qui s'inscrit, par ailleurs, dans la continuité d'un travail de fond mené depuis déjà quatre ans.

Myriam, pourquoi la CPTS s'engage-t-elle aujourd'hui dans une démarche qualité formalisée ?

Avant toute chose, il convient de rappeler, il me semble, que la démarche qualité fait partie intégrante des missions des CPTS. Elle porte d'ailleurs un nom celui de « Mission 5 : qualité et pertinence des soins ». La qualité a toujours été au cœur de nos préoccupations, dès les premiers jours de notre association. Simplement, aujourd'hui, l'approche devient plus globale, plus générale. Après quatre années d'existence, c'est en quelque sorte « une marche supplémentaire » que nous gravissons en formalisant les choses de manière plus officielle. Plusieurs bénéfices à cela : *primo*, cela nous crédibilise ; *deuxio*, cela renforce notre action ; *tertio*, on vient mettre en lumière la qualité des acteurs mobilisés, la pertinence de leur intervention. Je retiens aussi que cela nous permet de travailler

plus efficacement et de mieux nous coordonner entre professionnels de santé pour qu'au final, le patient soit mieux pris en charge.

Quelle a été la première étape ?

La naissance, en 2024, du comité d'éthique, issu d'une réflexion commune sur le sujet des soins palliatifs, auxquels de nombreux professionnels de santé sont confrontés. Nous voulions que cette démarche soit clairement identifiée, que la réponse soit cohérente, protocolisée, limpide. Nous avons donc adopté une posture d'écoute active, en cherchant à comprendre en profondeur les besoins exprimés, pour y apporter des réponses concrètes, efficaces et accessibles. Le succès de ce comité d'éthique nous a persuadé de l'intérêt de structurer nos réponses sur-mesure plutôt que de simplement répondre au cas par cas. La finalité demeure de répondre au mieux à l'expression d'un besoin



© Ludo Charles

« Évaluer ce que nous faisons est essentiel pour mesurer le poids réel de nos actions. »

et que le bénéfice, optimal, profite aux patients, comme aux acteurs de soin !

Vous insistez sur l'importance de l'évaluation...

Absolument, c'est un point clé : évaluer ce que nous faisons, pour mesurer le poids réel de nos actions. Nous avons par exemple mis en place des questionnaires de satisfaction pour DALIA et OMEDYS. Ces dispositifs sont innovants et constituent de vraies solutions pour notre territoire. Comment en maximiser le potentiel et l'efficacité ? C'est précisément l'objectif de notre démarche d'amélioration continue. Cette démarche d'évaluation est saine, elle nous permet de nous remettre en question et de modifier une attention, une réflexion dans l'objectif de faire mieux, sans forcément déployer des moyens supplémentaires. J'ai bâti ma carrière dans le domaine de la santé publique et toujours intégré ce critère d'évaluation, qui fait partie de toute action de santé. C'est d'ailleurs grâce à elle que nous atteignons 100 % de nos indicateurs depuis trois ans.

Alors oui, je l'entends...Analyser, c'est moins « euphorisant » qu'un lancement de projet, mais c'est tout aussi essentiel à la poursuite des ►

actions. Alors nous nous y employons. Notre rapport d'activité, ou encore ce magazine que vous tenez entre les mains, participent aussi de cette démarche de transparence. Nous sommes fiers de partager ce que nous accomplissons. Le message ? Nous sommes dans l'action, avec exigence, et résolument tournés vers l'amélioration continue.

Cette démarche qualité peut se schématiser autour de trois axes structurants.

Oui. Le premier axe concerne les conventions de partenariat avec les acteurs « extérieurs » à notre association. Nous avons ainsi signé deux conventions majeures, actuellement actives. La première avec le Centre Hospitalier de Carcassonne, le 25 mars 2025, pour une durée d'un an avec reconduction tacite. L'objectif est de formaliser un travail partenarial effectif : identifier nos missions respectives pour renforcer notre complémentarité, mettre par écrit nos engagements à collaborer sur les parcours patients dans cet unique objectif qu'est de renforcer le lien ville-hôpital. Ces liens administratifs tissent aussi des liens humains ! Nous nous ouvrons mutuellement nos portes. Nous avons par exemple intégré le CH de Carcassonne dans notre conseil d'administration, mais aussi dans nos groupes de travail. Principalement sur la Mission 2 d'amélioration du parcours des patients, mais pas seulement. Nous tenons d'ailleurs à remercier le directeur du centre hospitalier, Monsieur Jean-Marie Bolliet, pour avoir rendu tout cela possible.

« La standardisation des outils de projet et des procédures internes, visent à rendre nos actions plus efficaces. »

Quelle est la seconde convention ?

Il s'agit de celle signée le 1^{er} janvier dernier (2026) avec le Centre Intercommunal d'Action Sociale (CIAS) de Carcassonne Agglo, et plus spécifiquement les services « Autonomie à domicile » où évoluent les aides-soignantes, les auxiliaires de vie à domicile... Ici, le but est de définir nos modalités de coordination, de faciliter l'accès aux ressources, de renforcer l'action interprofessionnelle et même participer à des actions communes de prévention en matière de santé publique. Ils sont, eux aussi, adhérents et actifs dans nos groupes de travail. Nous avons, de notre côté, un référent identifié dans leur service avec qui on peut échanger facilement.

D'autres conventions sont-elles prévues ?

Oui, nous souhaitons conventionner au cours des prochain mois avec d'autres acteurs : la Polyclinique Montréal sur les parcours de soins, la Maison des Personnes Handicapées de l'Aude sur l'application de ces parcours au handicap, le SAS de l'Aude sur la gestion du soin non programmé (SNP), l'HAD pour

améliorer la coordination et fluidifier la filière de soins, mais aussi DALIA sur l'amélioration de l'accès aux soins, ou encore avec le Purple Campus pour la prévention jeunesse sur des items comme santé sexuelle, vaccination, addictions...

La standardisation des process entre alors clairement en jeu.

C'est même le deuxième axe de notre démarche qualité. L'objectif, avec la standardisation des outils de projet et des procédures internes, demeure que nos actions soient plus efficaces. Clairement, les procédures sont aussi là pour nous faire gagner du temps, tout en exploitant et pilotant plus efficacement nos projets. Pour structurer cette démarche, nous avons instauré des rituels : un temps de coordination hebdomadaire chaque lundi matin et des outils de pilotage communs à l'équipe. Fiches projet pour l'amorçage, fiches actions pour le déploiement, tableaux de suivi pour le pilotage opérationnel et grilles d'évaluation finale.

Autre exemple : nous avons créé une procédure d'intégration des nouveaux membres au sein l'équipe de la CPTS. Une fiche spécifique précise le parcours : lecture des statuts et du règlement en préambule, fourniture de documents prédefinis, mini-formation sur le logiciel partagé PLEXUS, remise des codes d'accès à nos logiciels de travail, accompagnement pendant plusieurs semaines... C'est essentiel pour garantir une montée en compétences rapide et homogène.



Le troisième axe concerne l'appui aux professionnels de santé...

Le troisième axe consiste, en effet, en la mise en place d'un dispositif d'appui et de ressources pour les professionnels de santé pour répondre aux besoins exprimés sur le terrain. Par exemple, pour ce qui concerne les infirmiers libéraux, des solutions sur la gestion de la douleur grâce au partage d'outils communs d'évaluation. Même approche sur le sujet des plaies et de la cicatrisation, qui remonte souvent concernant la prise en soin des personnes âgées.

Pouvez-vous nous donner un exemple ?

Sur le sujet des plaies, des IDEL nous font part de difficultés malgré la pluralité des outils

et solutions disponibles. Face à ce besoin exprimé, nous souhaitons créer un dispositif d'appui qui permettra la mise à disposition des supports pédagogiques et informatifs. Par exemple, nous avons identifié la chaîne YouTube d'un chirurgien vasculaire, le Dr Salat, qui informe en vidéo avec une approche très inclusive, sur le bon produit et la bonne action à adopter selon le type de plaie. Nous travaillons également sur l'identification des infirmiers du territoire qui possèdent un diplôme universitaire plaies et cicatrisation et qui sont volontaires pour échanger avec leurs pairs sur les bonnes pratiques. Nous nous appuyons aussi sur des organismes régionaux de référence comme CICAT Occitanie (DOMOPLAIE). Il existe également deux consultations « plaies

et cicatrisation » au Centre hospitalier de Carcassonne, ainsi qu'à la polyvalente Montréal. L'idée est de créer un réseau de ressources accessible et pratique.

En conclusion, comment résumeriez-vous cette démarche qualité ?

Au cœur de cette démarche : un objectif essentiel, améliorer la coordination entre professionnels et la prise en charge des patients, de façon pérenne. Nous sommes professionnels et méthodiques, mais nous restons profondément humains et perfectibles. Loin d'entraver notre souplesse d'action, cette structuration la renforce. Rigueur et adaptabilité : c'est dans cet équilibre que réside notre capacité à répondre aux besoins évolutifs de notre territoire. ■

FORUM DES ADOS

Au plus près de la santé des jeunes



La CPTS Bassin Carcassonnais et la Maison des Adolescents de l'Aude organisent, le 12 octobre prochain, le Forum des Adolescents. Après le succès de la première édition organisée le 7 mars 2025 (plus de 220 jeunes accueillis), ce rendez-vous territorial* pensé « pour et avec les jeunes » s'inscrit déjà comme un temps fort de prévention, d'information et de dialogue.

*Un événement rendu possible grâce au soutien de partenaires essentiels comme l'Éducation nationale, la Ville de Carcassonne, Carcassonne Agglo, le Conseil Départemental et le tissu associatif qui œuvre toute l'année au plus près des jeunes.

Objectif de ce forum : permettre aux adolescents de mieux comprendre les enjeux de leur santé, de connaître les ressources existantes sur le territoire et de trouver des réponses concrètes à leurs questionnements, le tout dans un cadre bienveillant et accessible. Isolement, anxiété, perte de repères : le mal-être adolescent est une réalité de plus en plus visible. Dans l'Aude, on estime même que près d'un adolescent sur cinq présente des signes de détresse psychologique. Les demandes d'accompagnement ont d'ailleurs augmenté de 30 % en deux ans*. Le Forum entend mettre en lumière ces fragilités souvent silencieuses et offrir un espace pour les nommer, les comprendre et y répondre. « *Ce que nous cherchons avant tout, c'est à éveiller les consciences, à faire comprendre à cette jeunesse que ses choix d'aujourd'hui font sa santé de demain* », souligne le Dr Anne Mandonnaud, présidente de la CPTS du Bassin Carcassonnais. Le Forum proposera ainsi des temps d'échange, d'information et d'orientation, afin d'aider les jeunes à identifier les lieux ressources et à ne pas rester seuls face aux difficultés qu'ils traversent.

Ouvrir le dialogue pour gagner en autonomie

Usage excessif des écrans, consommation d'alcool ou de drogues, questions autour de la sexualité : autant de sujets sensibles qui préoccupent les professionnels de santé. Le Forum abordera ces thématiques sans tabou, afin de ▶



*Source : sante.gouv.fr

favoriser la réflexion et le dialogue. L'objectif n'est pas de culpabiliser, mais de donner des clés de compréhension, d'encourager l'esprit critique et de renforcer l'autonomie des jeunes dans leurs choix. La santé sexuelle, souvent entourée de silence, sera également au cœur des échanges : informer, prévenir et accompagner dans un cadre sécurisé permettra de réduire les prises de risque et de promouvoir une approche globale de la santé, fondée sur le respect de soi et des autres. Une dynamique déjà engagée par la CPTS, notamment à travers une semaine de prévention menée chaque année au sein du Purple Campus Carcassonne. ■

>> A NOTER : Les professionnels formés sur la prévention ou la santé des jeunes qui voudraient se joindre à cette initiative à Purple Campus sont invités à se rapprocher de Myriam Khreiche : cptsdubassincarcassonnais@gmail.com

La Maison des Adolescents, pilier du parcours de soutien

Acteur central du Forum, la Maison des Adolescents de l'Aude est ouverte toute l'année aux 11–25 ans. Elle propose un accueil gratuit, anonyme et sans jugement, autour de sujets variés : santé mentale, relations familiales, orientation, vie affective ou encore situations de violence. Elle accueille chaque année plus de 900 jeunes et parents. maisondesados11.fr



EN PRATIQUE

- 2^e Forum des Adolescents
- 12 octobre 2026
- Lieu à confirmer
- Public : adolescents de 14 à 18 ans
- Événement gratuit et encadré
- Infos sur cptsdubassincarcassonnais@gmail.com

« Les jeunes d'aujourd'hui sont les adultes de demain »

Prévenir, aller vers, créer du lien : autant de leviers essentiels pour agir en faveur de la santé des jeunes. Des professionnels de santé du territoire ont pris le parti de s'engager au plus près de la jeunesse toute l'année, à l'image de Sylvie Jaranton Chevalier, infirmière au sein de la Maison de Santé Pluridisciplinaire de Carcassonne. À travers des actions de terrain menées avec la MSP Pierre Blanche, la CPTS et des partenaires comme Purple Campus, elle défend une approche proactive, bienveillante et décloisonnée du soin.

Pourquoi la santé des jeunes est-elle un enjeu prioritaire pour vous ?

La santé des jeunes est un enjeu prioritaire pour moi. L'adolescence et le début de l'âge adulte sont une période importante de la vie où l'on rencontre des changements physiques, psychologiques et sociaux importants pouvant conduire à des comportements à risque : addictions, troubles alimentaires et de santé mentale, décrochage de soins... Les jeunes d'aujourd'hui sont les adultes de demain ; investir dans leur santé, c'est réduire des problématiques plus



lourdes à l'âge adulte. C'est aussi les rendre acteur de leur parcours de soins et les responsabiliser sur le terrain de leur capital santé.

Concrètement, comment la MSP agit-elle aujourd'hui auprès des jeunes ?

La MSP Pierre Blanche de Carcassonne est constituée de médecins, de pharmaciens, d'infirmiers, de masseurs-kinésithérapeutes, d'une psychomotricienne, d'une pédicure et d'une diététicienne, ce qui est une vraie richesse et permet d'aborder différentes problématiques

de santé. Le groupe de travail « obésité pédiatrique » a ainsi pu se rendre en 2025 dans les trois écoles primaires du quartier pour promouvoir le bien manger et le bien bouger. Cela a rencontré un franc succès et d'autres actions sont prévues en 2026. Concernant le groupe de travail sur la vaccination, nous sommes allés vers les habitants des quartiers de Fléming et de Grazailles durant la Semaine européenne de la vaccinations (avril) pour sensibiliser les jeunes et les parents sur l'importance de se vacciner. En novembre, nous étions aussi présents sur le terrain, dans notre van, lors de la vaccination saisonnière.

Quel est l'intérêt d'aller directement à la rencontre des jeunes, comme à Purple Campus ?

« Aller vers » permet de rencontrer des jeunes qui ne viendraient pas spontanément. Certains sont en rupture de soins car ils n'ont plus de médecin traitant, d'autres n'osent pas venir consulter par peur d'être jugé ou par manque de temps.... Aller vers permet de les rencontrer dans un lieu neutre, non « médicalisé » qui favorise le dialogue et améliore la relation de confiance. La prévention fait partie de notre rôle de soignant. Notre intervention permet de semer une petite graine qui aura forcément un impact sur l'avenir. Ce qui compte ce n'est pas l'ampleur de l'engagement, mais la sincérité. ■



La CPTS Bassin Carcassonnais

LE BUREAU



Présidente :
Anne Mandonnaud - Médecin généraliste



Vice-Président :
Erik Bravo - Médecin généraliste



Vice-Président :
Mazen Nukkari - Médecin rééducateur



Secrétaire :
Marie Crétal-Ducasse - Pharmacien



Secrétaire adjoint :
Delphine Belmas - Infirmière libérale



Trésorier :
Sylvie Labadie - Infirmière libérale



Trésorier Adjoint :
Alexandrine Comméléra - Infirmière libérale

LE CONSEIL D'ADMINISTRATION

Collège des professionnels de santé de 1^{er} recours :
Olivier Attali (biographe médical), Delphine Belmas (IDEL),
Alexandrine Commelera (IDEL), Marie Crétal-Ducasse (pharmacien),
Sylvie Labadie (IDEL), Anne Mandonnaud (médecin généraliste),
Laurence Nespoli (IDEL), Hélène Sentanac (médecin généraliste),
Ghislaine Serin (pharmacien), Alisha Symons (médecin généraliste).

Collège des professionnels de 2^e recours :
Najima Bouta (gastro-entérologue et proctologue),
Erik Bravo (médecin), Ian Martin (médecin en soins palliatifs),
Mazen Nukkari (médecin rééducateur).

Collège des partenaires et acteurs sanitaires, sociaux et médico-sociaux :
Centre hospitalier de Carcassonne, Polyclinique Montréal.

Collège des usagers, collectivités, intervenants extérieurs :
Tess Copin (cadre infirmier - IFPS de Carcassonne),
Magali Mignard, représentant des usagers.



Direction & coordination
Myriam Khreiche, directrice-coordinatrice



Soigner c'est aussi agir pour écrire la santé de demain !

- Prévention ● Accès aux soins ● Coordination des parcours
- Gestion de crise ● Accompagnement aux professionnels...

Rejoignez la première communauté de soignants du territoire !



ADHÉREZ À LA CPTS BASSIN CARCASSONNAIS

GRATUIT ET SANS ENGAGEMENT



cptsdubassincarcassonnais.fr



12 OCTOBRE 2026
FORUM DES ADOS

SANTÉ MENTALE
SEXUALITÉ
HYGIÈNE DE VIE



**Leurs choix d'aujourd'hui
font leur santé de demain**

Inscription gratuite - Infos complètes à l'intérieur de ce magazine

