

## Coronavirus : l'ARS fait le point ce mardi 1er décembre à 19 h 30



Coronavirus : l'ARS fait le point ce mardi 1er décembre à 19 h 30

Ce bulletin récapitulatif du 1er décembre à 19 h 30 recense les principaux indicateurs d'activité hospitalière : 1671 hospitalisations en cours ce soir (-51) dont 262 en réanimation (-42), et à ce jour 1712 décès constatés en établissements de santé depuis le début de l'épidémie en mars (+81 en 4 jours).

En ce qui concerne le Gers par rapport au vendredi 27 novembre nous enregistrons une diminution d'hospitalisations(-4), une augmentation des réanimations (+1) et des décès (+1).

Ce bulletin rappelle également l'importance de la continuité de la prévention, des dépistages et des soins malgré ce contexte épidémique. Prendre soin de sa santé, c'est se protéger du virus avec toutes les mesures barrières habituelles. C'est aussi maintenir les bons réflexes pour les soins du quotidien. Reporter sa santé, c'est prendre le risque de l'aggraver. Des ressources sont également disponibles pour nous aider à préserver notre équilibre psychique et notre santé mentale face à une situation de crise sanitaire qui perdure.

### Bulletin d'information COVID-19

en Occitanie

Ces informations sont mises à jour périodiquement du fait de l'évolution de la situation sanitaire

Tenir ensemble. # 122

Mardi 1<sup>er</sup> Décembre 2020 à 19h30

**TENIR ENSEMBLE** Prendre soin de notre santé

**Du soutien pour le mental**

L'épidémie met à l'épreuve notre santé mentale depuis des mois. Celle de nos enfants, celle des soignants, aussi. De multiples initiatives ont vu le jour sur internet. Afin de faciliter l'accès aux informations les plus fiables et les plus utiles, le site [psycom.org](http://psycom.org) propose une sélection de sites, d'articles et de vidéos pour nous aider à préserver notre équilibre psychique face au virus. Ce répertoire public de ressources propose :

- des conseils pratiques pour faire face aux incertitudes et à l'anxiété en cette période d'épidémie, en faisant appel à un soutien psychologique si besoin.
- des repères pour se protéger des fausses informations qui augmentent l'anxiété.
- une plateforme de ressources conçues pour aider les enfants et les personnes en situation de vulnérabilité.
- des liens pour bénéficier d'un soutien entre étudiants ou professionnels des soins, de la psychiatrie, de l'éducation, de l'accompagnement social...
- des initiatives d'entraide et de solidarité pour mieux traverser cette période difficile.

Les réflexes de prévention, de dépistage, de prise en charge de nos soucis de santé ne doivent pas s'arrêter pendant cette période épidémique. Il est indispensable de se faire soigner sans attendre. C'est particulièrement important pour toutes les personnes qui ont besoin d'un suivi régulier : patients souffrant de pathologies chroniques, femmes enceintes, nourrissons et enfants...

**Ne pas reporter sa santé**

Les cabinets des professionnels de santé appliquent des protocoles stricts de sécurité sanitaire qui leur permettent de prendre en charge tous les patients, sur place ou en téléconsultation à distance. Pour tous les actes de prévention, de dépistage ou de suivi médical, il est indispensable de ne pas reporter le recours au système de santé, malgré le contexte sanitaire actuel. En cas de doute face à une situation d'urgence, il est toujours impératif d'appeler immédiatement le 15 qui évalue et oriente chaque cas.

Prendre soin de sa santé, c'est se protéger du virus avec toutes les mesures barrières habituelles. C'est aussi maintenir les bons réflexes pour les soins du quotidien : reporter sa santé, c'est prendre le risque de l'aggraver.

**10,8% DE TESTS POSITIFS EN MOYENNE** (+) actuellement en Occitanie. Plus de 196 000 tests ont été réalisés ces 7 derniers jours dans la région.

**+712 CAS POSITIFS EN MOYENNE PAR JOUR** (+) signalés aux équipes de l'Assurance Maladie depuis mardi dernier en Occitanie. Au total, 4 983 CAS depuis le 24/11.

**Surveillance sanitaire**

Pour chaque région, les données de surveillance collectées auprès des partenaires de santé sont accessibles sur le site de Santé publique France : > Consultez les derniers points épidémiologiques.

**HÔPITAL** Évolution des hospitalisations

**Au 1/12/2020 :**

- 1 671 hospitalisations en cours (-51) dont 262 en réanimation (-42)
- 1 712 décès à l'hôpital (+81 en 4j)

**24/24**

[@ARS\\_OC](https://twitter.com/ARS_OC)  
[@gouvernementFR](https://twitter.com/gouvernementFR)  
[@MinSoliSante](https://twitter.com/MinSoliSante)  
[AlerteSanitaire](https://twitter.com/AlerteSanitaire)

SUIVI DE L'ACTIVITE HOSPITALIERE PAR DEPARTEMENTS	HOSPITALISATIONS EN COURS ACTUELLEMENT	DONT REANIMATION	TOTAL DECES (en établissements de santé depuis mars 2020)
Ariège (09)	41	3	22
Aude (11)	76	8	113
Aveyron (12)	95	7	106
Gard (30)	304	36	269
Haute-Garonne (31)	304	68	285
Gers (32)	30	6	50
Hérault (34)	296	64	411
Lot (46)	48	3	38
Lozère (48)	48	4	36
Hautes-Pyrénées (65)	156	10	90
Pyrénées-Orientales (66)	79	21	111
Tarn (81)	126	22	105
Tarn-et-Garonne (82)	68	10	76
<b>OCCITANIE</b>	<b>1671</b>	<b>262</b>	<b>1712</b>