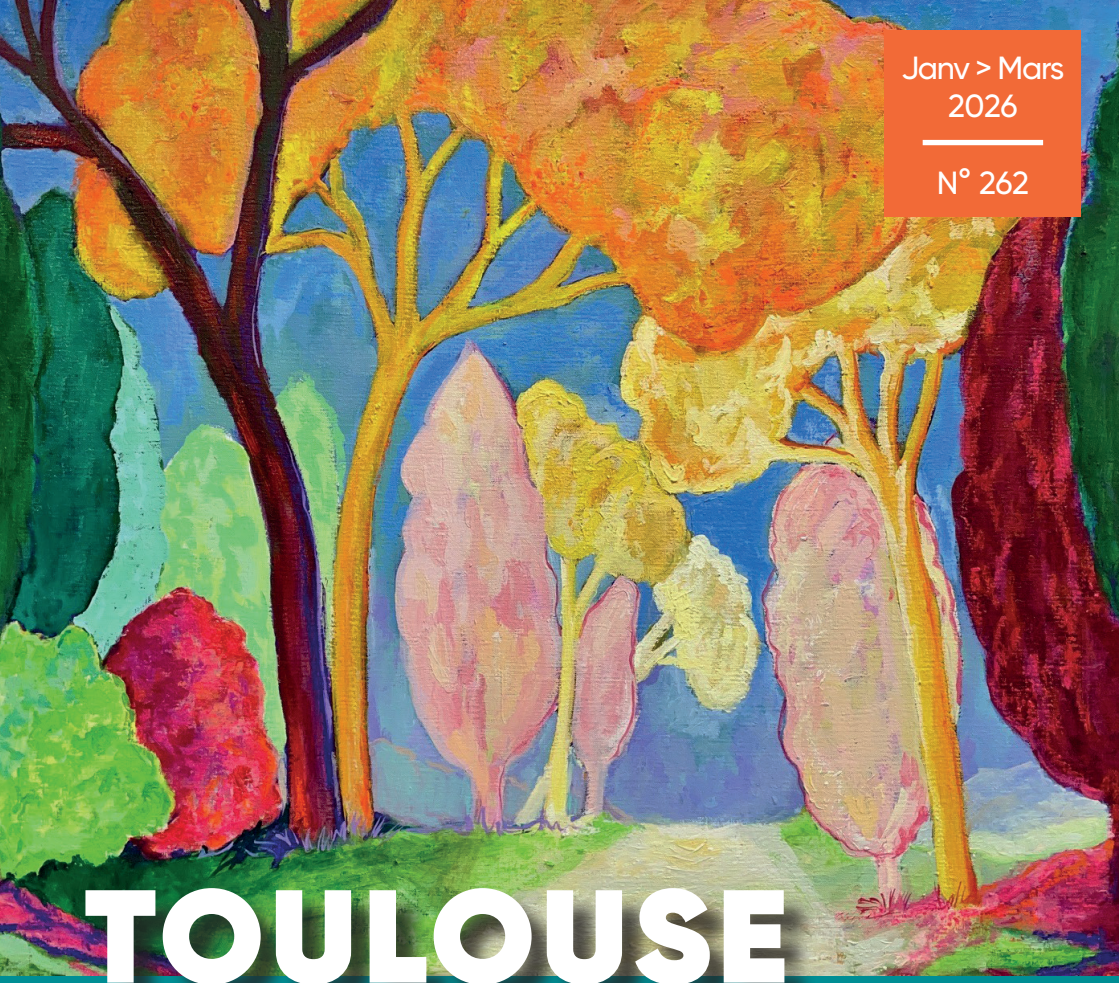


Janv > Mars
2026

N° 262

TOULOUSE SANTÉ *la Lettre*

Pour une bonne santé des jeunes Toulousaines et Toulousains

Aimer Vivre à Toulouse

MAIRIE DE TOULOUSE

Toulouse au cœur de votre santé

sommaire

2 • Santé mentale des jeunes

3 • Des COREVIH aux CoReSS, une nouvelle approche de la santé sexuelle

4 • Mon Test IST

5 • Fêtons Plus Risquons Moins : 15 ans au service de la santé des fêtards toulousains !

6 • Le VIH et les IST en chiffres

7 • Le Point Accueil Écoute Jeunes de Toulouse (PAEJ) : un lieu de prévention dédié aux 12-2 5 ans

8 • Découvrez l'appli JEM (Jeune en Métropole)

9• Vaccination méningite (rappel avant 25 ans) et autres vaccinations

10-11• Expositions

12• Rendez-vous

Directrice de la publication : Patricia BEZ, adjointe au maire déléguée à la santé
Rédacteur en chef et coordination : Pascale FINE LESTARQUIT, cheffe de service Promotion de la Santé - Direction des Solidarités et de la Santé 2 rue Malbec - 31000 Toulouse
Tél : 05 61 22 31 30
Maquette et impression : Imprimerie Toulouse-Métropole
Crédits photographiques : Direction de la communication de la mairie de Toulouse
Photo de couverture : Julie d'Aragon
Lettre disponible sur : https://metropole.toulouse.fr/mon-quotidien/sante-et-social/prevention-sante
Dépôt légal à parution : ISSN 2999-0203

Santé mentale des jeunes

La santé mentale des jeunes est un enjeu majeur. Après la crise COVID, les professionnels observent une hausse de l'anxiété, de la dépression et du repli social chez les 12-25 ans. L' OMS rappelle qu'un adolescent sur sept dans le monde présente un trouble psychique, souvent non repéré.

Santé Publique France signale une augmentation des passages aux urgences pour motifs psychologiques, particulièrement chez les filles.

Cette vulnérabilité s'explique par plusieurs facteurs : pression scolaire et orientation, instabilité socio-économique, hyperconnectivité, exposition répétée au cyberharcèlement, mais aussi perturbations du sommeil liées aux écrans.

À Toulouse, la Maison des adolescents et les Points Accueil Écoute Jeunes proposent un soutien gratuit et confidentiel. Le service Fil Santé Jeunes, recommandé par le ministère de la Santé, offre une écoute 7j/7 via téléphone, tchat et forums.

Citons aussi le dispositif Santé Psy Etudiant qui permet de bénéficier de 12 séances gratuites avec un psychologue partenaire; pour les autres publics, Mon Soutien Psy propose jusqu'à 12 séances d'accompagnement psychologique chez un psychologue partenaire, avec un remboursement à 60 % par l'Assurance Maladie.

Parler tôt de ses difficultés, à un proche ou à un professionnel, reste la meilleure prévention. Promouvoir la santé mentale, c'est aussi encourager l'activité physique, renforcer les liens sociaux et lutter contre la stigmatisation. Mieux informer les jeunes, encourager la consultation rapide et renforcer les compétences psychosociales constituent aujourd'hui des leviers essentiels pour favoriser une bonne santé mentale ou pour limiter l'évolution vers des troubles plus sévères.



Actualités des partenaires

Des COREVIH aux CoReSS, une nouvelle approche de la santé sexuelle

Le 15 mars 2025, les COREVIH (Comités de coordination de la lutte contre le VIH) ont officiellement été remplacés par les CoReSS (Comités de Coordination Régionaux en Santé Sexuelle).

Cette réforme, pensée pour mieux répondre aux réalités sanitaires et sociales actuelles, s'inscrit dans une double dynamique : d'un côté, le besoin exprimé par les acteurs de terrain de moderniser un dispositif parfois perçu comme trop cloisonné ; de l'autre, une volonté nationale d'intégrer le VIH dans une approche globale de santé sexuelle, avec la fin d'un plan VIH spécifique.

L'objectif principal des CoReSS est d'appuyer les politiques régionales de santé sexuelle, définies dans une approche globale. Cette approche inclut notamment la prévention et la prise en charge des infections sexuellement transmissibles (IST) dont le VIH, des violences sexuelles, des troubles de la sexualité et l'accès à la contraception ainsi que les parcours en santé correspondants. La lutte contre le VIH reste en effet une mission majeure des CoReSS.

CoReSS Occitanie

Cette mission se poursuivra avec la même détermination tandis que l'élargissement des missions permettra de créer un cadre plus intégré et complet de la santé sexuelle. Dans cette configuration, les Agences régionales de santé (ARS) conservent leur rôle de pilotage de la lutte contre le VIH, désormais inscrit plus largement dans le champ de la santé sexuelle, en s'appuyant sur les CoReSS, dont elles coordonnent les actions.

CONTACTS - INFORMATIONS :
Association Régionale Clémence Isaure -
Tél. 05 31 08 37 35

Actualités des partenaires

Mon test IST

Depuis le 1er septembre 2024, l'accès direct aux dépistages d'autres infections sexuellement transmissibles (IST) que le VIH est possible à la demande du patient, sans ordonnance et sans rendez-vous, dans tous les laboratoires de biologie médicale, y compris les laboratoires des établissements de santé. Ce dispositif appelé « Mon test IST » vient compléter et remplacer « VIH Test ».

Les IST concernées sont l'infection par le VIH, l'infection par le virus de l'hépatite B (VHB), l'infection par Treponema pallidum (syphilis), l'infection par Neisseria gonorrhoeae (gonorrhée) et l'infection par Chlamydia trachomatis (chlamydiose). Il est possible d'effectuer uniquement un dépistage du VIH pour les patients qui le souhaitent.

Le dépistage de ces IST en laboratoire de biologie médicale concerne tous les assurés sociaux et leurs ayants droit ainsi que les bénéficiaires de l'aide médicale d'État (AME). Pour les moins de 26 ans la prise en charge est intégrale, sans avance de frais, couverte à 100 % par l'Assurance Maladie; et pour les plus de 26 ans, un remboursement à hauteur de 60 % est effectué par la Sécurité Sociale, avec les 40 % restants à la charge de la mutuelle ou du patient. Les personnes désirant la gratuité et l'anonymat seront orientées par les laboratoires vers les centres gratuits d'information, de dépistage et de diagnostic (CEGIDD).



Pour aller plus loin : Dépistage des IST en laboratoire sans ordonnance : Mon test IST | ameli.fr | Laboratoire d'analyses médicales

Actualités des partenaires

Fêtons Plus Risquons Moins : 15 ans au service de la santé des fêtards toulousains !

De la place Saint Pierre à Rio Loco, du Bikini au Rose Festival, de l'Euro de football à la Coupe du Monde de Rugby, de la Marche des Fiertés aux Open Air, depuis 15 ans le dispositif Fêtons Plus Risquons Moins met la santé au centre de la fête toulousaine.



En 15 ans ce dispositif innovant de prévention et de réduction des risques a rencontré plus 220 000 toulousains en menant près de 1500 actions !
Santé sexuelle, sécurité routière, réduction des risques, lutte contre les violences sexistes et sexuelles, il n'a cessé de développer ses missions pour pouvoir toujours coller aux réalités de terrain.
Depuis 2011, les équipes de terrain sont déployées au cœur des grands moments festifs de la ville afin d'informer les publics concernant les risques liés à la consommation de substances psychoactives, les risques auditifs et les risques sexuels. Tout cela en toute confidentialité et sans jugement.
Merci à l'ensemble des membres du dispositif et des partenaires, sans qui cette belle aventure ne serait possible. Nous souhaitons un bel anniversaire à Fêtons Plus Risquons Moins et espérons que vous serez encore nombreux à les suivre !

Ensemble pour une fête à moindre risque !

mon test IST QUI DIT SEXE, DIT TEST.

Retrouvez le dispositif sur Instagram @fetonsplusrisquonsmoins
Et sur facebook : www.facebook.com/fetonsplusrisquonsmoins

Actualités des partenaires

Le VIH et les IST en chiffres

En 2024, environ 5 100 personnes ont découvert leur séropositivité au virus de l'immunodéficience humaine (VIH) en 2024. Ce nombre semble se stabiliser après l'augmentation observée entre 2020 et 2023. Plus de la moitié (56%) des personnes découvrant leur séropositivité en 2024 étaient nées à l'étranger. Parmi elles, 43% ont été contaminées après leur arrivée en France.

Les modes de contamination les plus fréquents chez les personnes diagnostiquées en 2024 étaient les rapports hétérosexuels (53%) suivis des rapports sexuels entre hommes (42%). Les personnes « trans » contaminées par des rapports sexuels représentaient 2% des découvertes et les usagers de drogues injectables (UDI) 1%. Selon l'Assurance Maladie, environ 61 100 personnes ont eu un diagnostic d'infection à Chlamydia trachomatis, 25 800 de gonococcie, et 6 500 de syphilis. Dans les centres gratuits d'information, de dépistage et de diagnostic (CeGIDD), 22 200 infections à Chlamydia trachomatis, 13 500 gonococcies et 2 500 syphilis ont également été diagnostiquées. Les taux d'incidence des diagnostics d'IST (infections sexuellement transmissibles) poursuivent leur augmentation depuis 2022, avec :

- pour les gonococcies, une augmentation plus forte (+35%), notamment chez les hommes (+ 40%) ;
- pour Chlamydia trachomatis, un taux d'incidence qui a le plus fortement augmenté entre 2023 et 2024 chez les jeunes de 15 à 25 ans (+13% chez les femmes et +21% chez les hommes);
- pour la syphilis (+ 12%), une augmentation plus forte chez les femmes que chez les hommes (+24% vs +10%).

Source : VIH et IST bactériennes en France. Bilan 2024. Santé publique France Date de publication : 23 octobre 2025

Pour aller plus loin : VIH et IST bactériennes en France. Bilan 2024.

Actualités des partenaires

Le Point Accueil Écoute Jeunes de Toulouse (PAEJ) : un lieu de prévention dédié aux 12-25 ans

Le Point Accueil Écoute Jeunes de Toulouse, porté par l'association ARPADE, est un lieu dédié aux jeunes, leurs proches et aux professionnels qui les accompagnent, gratuit, confidentiel sur la libre adhésion. Financé par la CAF, il offre un espace d'écoute bienveillante pour traverser les périodes de fragilité liées à l'adolescence et à l'entrée dans la vie adulte.

Il accueille des jeunes confrontés à des situations variées : mal-être, conduites addictives, difficultés relationnelles ou familiales, décrochage scolaire, conduites à risque, questionnements autour de la santé mentale, de l'orientation ou de l'autonomie. Les accompagnements proposés visent à favoriser l'expression, soutenir les jeunes et leurs familles, clarifier les situations et orienter vers des dispositifs adaptés.

L'équipe pluridisciplinaire, composée d'éducateurs et de psychologues, s'inscrit dans une démarche de prévention précoce, essentielle pour le bien-être et l'accès aux soins. Le PAEJ propose aussi des antennes et permanences d'écoute dans des communes limitrophes et des établissements scolaires, et travaille en lien avec les acteurs de la santé, de l'éducation et du social.

Tel / Mail :
sas.pe@arpade.org / 05 61 42 91 91

Accueil sans rendez-vous tous les après-midis du lundi au vendredi.

Site:
https://www.arpade.org/point-ecoute

Compte Instagram :
https://www.instagram.com/point_ecoute31/?hl=fr

CONTACTS :
Tel: 05 61 42 91 91/ Mail: sas.pe@arpade.org
Accueil sans rdv tous les après-midis du lundi au vendredi.
Site: https://www.arpade.org/point-ecoute/
Compte Instagram : https://www.instagram.com/point_ecoute31/?hl=fr

Toulouse au cœur de votre santé

Découvrez l'appli JEM (Jeune en Métropole)

La nouvelle application JEM rassemble les informations utiles au quotidien des 15 - 25 ans qui vivent, étudient ou travaillent dans les 37 communes de Toulouse Métropole. Elle est gratuite.

Vous y trouverez :
· Un plan pour repérer en un coup d'œil ce qu'il se passe autour de soi
· Un onglet Evènements qui recense les sorties, expositions, forums, et bien plus encore
· Un fil d'actu ciblé pour les 15-25 ans avec des sujets culture, santé, prévention, loisirs, sport...
· Une boîte à idées pour donner son avis, une idée de sujet à traiter

Focus sur les questions de Santé Dans l'onglet Découvrir, la rubrique SANTÉ réunit les lieux, associations et dispositifs utiles dans les différents domaines liés à la santé : vaccination, santé mentale, prévention des addictions, et bien d'autres encore.

Afin d'offrir une information plus complète et actualisée, les données du Soliguide, ont été intégrées à la maps, permettant l'accès à des ressources fiables et à jour sur l'ensemble du territoire. Retrouvez-y facilement des lieux où trouver de l'aide selon vos besoins.

Certains sujets seront par ailleurs traités plus en détail dans le fil d'actu, en direction des jeunes de 15 à 25 ans.

JEM
Jeune en métropole

| Téléchargez l'appli JEM |

La Haute-Garonne compte 11 MSS, dont 5 à Toulouse :
- La Maison Sport-Santé 31, portée par EfFORMip, située Place Lange
- La Maison Sport-Santé CVIFS, située 50 Impasse de la Glacière
- Une maison pour mon sport et ma santé, portée par Toulouse Université Club, située 11 Allée du Professeur Camille Soula
- La Maison Sport-Santé ACTIVEO, portée par le Stade Toulousain Rugby Handisport, située 13 Chemin de Limayrac
- La Maison Sport-Santé ADIMEP, située 66 Chemin du Vallon

Quoi de neuf Docteur

Vaccination contre la méningite : Les recommandations s'adaptent !

La méningite est une infection de la moelle épinière et des enveloppes entourant le cerveau, les méninges, causée par plusieurs types de virus, de bactéries, et de champignons. Les méningocoques (bactéries) constituent les causes majeures de méningites aiguës. Malgré le traitement, les infections à méningocoques ont un taux de mortalité élevé (10%) ou de séquelles dans 20% des cas ainsi qu'un fort potentiel épidémique.

Il existe plusieurs types de méningocoques. En France, les types B et C étaient les plus répandus, mais la vaccination obligatoire contre le groupe C a été très efficace. En 2024, 616 cas d'infection invasive à méningocoque (IIM) ont été déclarés (+10% par rapport à 2023), soit le nombre annuel de cas le plus élevé depuis 2010. On observe une recrudescence des IIM depuis 2022, notamment pour les groupes W et Y ainsi qu'un taux de mortalité plus élevé pour les IIM du groupe W. Les adolescents et les jeunes adultes étant les principaux porteurs des germes, les recommandations vaccinales se sont adaptées et une campagne vaccinale est proposée pour les collégiens (en même temps que la vaccination contre le papillomavirus). Jusqu'à 25 ans, la CPAM prend en charge le rattrapage vaccinal contre les IIM.

Fiche mémo

Recommandations vaccinales contre les méningocoques

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

Santé publique France

	Obligation				Recommandation	
	Avant 12 mois	De 12 à 23 mois révolus (en rattrapage)	Jusqu'au 5e anniversaire (en rattrapage)	De 5 à 10 ans révolus	De 11 à 14 ans révolus	De 15 à 24 ans (en rattrapage)
ACWY	**1 dose 6 mois :** *Nimenrix®* **Rappel 12 mois :** *Nimenrix® ou Menquadfi®*	**1 seul dose[1] :** *Nimenrix® ou Menquadfi®*	**1 seule dose[1] :** *Nimenrix®* ou *Menquadfi®* ou *Menveo®* (procédure de remboursement en cours)	Possible selon AMM mais non remboursé	**1 seule dose[2] :** *Nimenrix®* ou *Menquadfi®* ou *Menveo®*	**1 seule dose :** *Nimenrix®* ou *Menquadfi®* ou *Menveo®*
B	**1 dose 3 mois :** *Bexsero®* **1 dose 5 mois :** *Bexsero®* **Rappel 12 mois :** *Bexsero®*	**2 doses espacées de 2 mois* :** *Bexsero®* **Rappel 12 mois* après la 2e dose :** *Bexsero®*	**2 doses espacées d'1 mois* :** *Bexsero®*	Possible selon AMM mais non remboursé	Possible selon AMM mais non remboursé	**2 doses espacées d'1 mois* :** *Bexsero®* ou **2 doses espacées de 6 mois* :** *Trumemba®* ou **2 doses espacées d'1 mois* et rappel 4 mois* après la 2e dose :** *Trumemba®*

1 - Pour les enfants déjà vaccinés contre les méningocoques C et pour ceux non vaccinés auparavant.
2 - Pour les adolescents et jeunes adultes déjà vaccinés contre le méningocoque C, contre les méningocoques ACWY et pour ceux non vaccinés auparavant.
*Les intervalles mentionnés entre les doses sont des intervalles minimums, il n'y a pas d'intervalle maximum.

Expos de la Communauté Municipale de Santé

Peintures /Sculptures/ Photos

«L'art pour l'espoir 3»

Du 5 au 30 janvier 2026

Cette exposition réunit trois artistes dont les univers se complètent et dialoguent entre couleurs, matières et imaginaire, au profit de l'APECO (Association de Parents d'Enfants Cancéreux d'Occitanie), association créée en 1988 à Toulouse pour soutenir les familles et favoriser l'entraide entre ses membres.



Julie D'Aragon y présente une peinture figurative, vive et lumineuse, portée par une passion profonde pour la couleur. Ses œuvres, souvent réalisées au couteau, explorent des sujets variés allant des paysages aux scènes urbaines.



Yves Arfeux, sculpteur et créateur d'objets en bois, dévoile une série d'oiseaux d'une grande délicatesse. Ses pièces témoignent d'une sensibilité rare et d'un lien profond avec la nature.



Arnaud Brukhnoff, photographe bordelais, propose quant à lui des compositions oniriques mêlant vieux clichés et créations numériques grâce à l'IA générative, offrant un regard inédit sur les paysages du bassin d'Arcachon.

Ensemble, ces trois artistes mettent leur talent au service d'une noble cause, transformant l'exposition en un moment d'art et de solidarité.

www.apeco.frwww.facebook.com/apeco31
http://www.apeco.fr/

Art contemporain

«L'art au service de la maladie chronique »

Du 2 au 27 février 2026



Charles Giulioli artiste numérique, crée des «estampes numériques» et des œuvres animées, "génératives" visibles sur écran (aéroports, théâtres, halls d'entreprise).

Ses créations s'inspirent de la peinture qu'il réalisait auparavant, mais l'intervention de l'ordinateur leur donne une dimension nouvelle.

site web: https://giulioli.com/ instagram: charlesgiulioli

Cette exposition, organisée au bénéfice de l'association **afa Crohn RCH France**, sera l'occasion de mettre en lumière cette maladie inflammatoire chronique de l'intestin qui touche de nombreuses personnes.

Contact afa Crohn RCH France :
midipyrenees@afa.asso.fr

Photos

« La Quatrième Edition du Défilé be.Happy »

Du 02 au 20 mars 2026



La Quatrième Edition du Défilé **be.Happy**, ici immortalisée par les photographes **Anne TOUFINE** (Troisième OEil), **Hélène PETIT POISSON** (Katzié), **Nadège DEPRIESTER, Laurent GALAUP** et son équipe (Agence Vent d'Autan), met en lumière des patients atteints de cancer, et leurs aidants, qui le temps d'un show deviennent des mannequins de mode, habillés par des écoles et des stylistes, maquillés et coiffés par des écoles et des professionnels, tous bénévoles. Plus de 1400 personnes étaient réunis au MEETT le 15 novembre dernier pour assister à ce moment unique, chargé d'émotion et de poésie. Une quinzaine d'artistes et environ 160 bénévoles ont oeuvré pour ce moment féérique, avec l'aide d'environ 70 mécènes.

http://www.be-happy-asso.com

Art thérapie

« Pause couleurs »

Du 23 mars au 3 avril 2026

L'atelier Pause couleurs de la Ligue Contre le Cancer propose à ses participant-e-s un temps d'expression à travers diverses médiations artistiques, l'écriture et la médiation culturelle. Un temps pour une autre parole, pour sublimer son parcours et rester ancré malgré les soins. Les participants/es vous présenteront à l'occasion de cette exposition leurs productions issues d'ateliers d'art thérapie

Contact : Cd31@ligue-cancer.net

«Les données recueillies font l'objet d'un traitement informatique destiné à la gestion des contacts du Pôle Santé de la Direction Solidarités et Santé. La Mairie de Toulouse est responsable du traitement, représentée par le Pôle Santé de la Direction Solidarités et Santé. Les données seront conservées le temps de l'inscription au fichier. Seuls les agents habilités du Pôle Santé de la Direction Solidarités et Santé, et les élus délégués en charge des instances (pour les données des partenaires sur projets) sont destinataires des données vous concernant. Conformément à la législation relative à la protection des données personnelles, vous bénéficiez d'un droit d'accès, de modification, de rectification et de désinscription des données qui vous concernent. Vous pouvez exercer ces droits en vous adressant par voie postale à Pôle Santé de la Direction Solidarités et Santé 2, rue Malbec 31000 Toulouse ou par email à promotionsante@mairie-toulouse.fr. La base légale de ce traitement est le consentement. »

Les Rendez-vous de janvier, février, mars

Mercredi 21 janvier •
Accueil et présentation du GEM à 20h
Début de la conférence 20h30

Groupe d'Entraide Mutuelle BiPôles31,
3 Rue Marie Magné

Conférence : Les phases maniaques et hypomaniaques, les états mixtes.
Avec Dr Frexinos, médecin psychiatre, clinique d'Aufréry

» Contact : Groupe d'Entraide Mutuelle BiPôles31
au 09 54 80 19 00

Vendredi 23 janvier • 9h30-12h00
Maison Toulouse Service Nord – Place du marché aux cochons

La Journée des Solitudes - Journée Nationale - Astrée
Mieux identifier, comprendre les solitudes, apprendre à recréer du lien.

Thème : A l'écoute de ce qui nous relie (transgénérationnel)

» Contact :
Association Astrée
Tél .06 95 78 43 00
Mail: toulouse@astree.asso.fr
Site: www.astree.asso.fr

Lundi 2 février au lundi 30 mars
La Brique Rouge, 9 Rue Maria Mombiola
Eclats de femmes : stands, spectacles, danse, divers ateliers à destination des femmes.

» Contact :
Tél : 05 34 24 52 65
Mail : billetterie.briquerouge@culture.toulouse.fr

Jeudi 5 février • 9h – 16h30
Hôtel de Région Occitanie (Toulouse) 22 boulevard Maréchal Juin

Journée Régionale de Prévention du Suicide : «Préserver la santé mentale des jeunes» et «Promouvoir la santé mentale au travail»
Organisé par l'APSOc (association pour la Prévention du Suicide en Occitanie)

» Gratuit sur inscription préalable
Renseignements : apsoc.asso@gmail.com

Mercredi 11 mars • 11h – 19h
Avenue Alsace Lorraine, sortie du métro Capitole

Mars bleu
Prévention du cancer colorectal : présence d'associations et de professionnels de santé.

12 mars • 9h – 15h
Hall d'accueil du CHU Rangueil

Journée du rein
Un dépistage gratuit et anonyme ainsi que des stands d'information permettront au grand public de venir échanger avec les professionnels de santé et les bénévoles de l'association.
Café et gourmandises

» Contact : France Rein Occitanie Midi-Pyrénées,
M. Escala
Tél. 07 69 90 97 22
Mail: midipyrenees@francerein.org
Site: www.semainedurein.fr

Mercredi 18 mars • Accueil et présentation du GEM à 20h / Début de la conférence 20h30
Groupe d'Entraide Mutuelle BiPôles31,
3 Rue Marie Magné

Conférence : Les traitements

Avec Dr Frexinos, médecin psychiatre, clinique d'Aufréry

» Contact : Groupe d'Entraide Mutuelle BiPôles31
09 54 80 19 00

