

ACTIONS DE PRÉVENTION SANTÉ AVEC AESIO

CONTEXTE DU PARTENARIAT AVEC AESIO

L'analyse des besoins sociaux de la commune, menée en 2021, a indiqué que les personnes de plus de 60 ans représentaient 26.3% de la population en 2017, et que leur souhait était de pouvoir rester vivre à domicile aussi longtemps que possible. L'ABS a été complétée en 2022, d'un questionnaire envoyé aux personnes inscrites au service animation, dont l'objet était de savoir si elles seraient intéressées par la proposition d'ateliers collectifs et, si oui, sur quels thèmes. 79% se sont dit intéressées par la thématique de la santé.

Suite à cet ABS de 2017, une convention de partenariat triennale a été signée avec la mutuelle Aesio sur l'organisation d'action de prévention santé à destination des seniors. Aesio finance dans ce cadre les actions portées par le CCAS grâce au mécénat. Chaque année, le thème choisi varie : mémoire, adaptation du logement, sommeil, DMLA... En 2023, il a été choisi de proposer une semaine d'ateliers sur l'alimentation et une conférence sur la prévention des risques dépressifs.



CCAS de Valence

Ville Amie des Aînés depuis 2017
Valence (26)

OBJECTIFS :

- Proposer des actions de prévention sur la santé.
- Favoriser le maintien en bonne santé.
- Permettre de vivre à domicile aussi longtemps que possible.

PRATIQUE :

- Partenariat de mécénat avec Aesio.
- Choix d'une thématique annuelle.
- Mise en place d'actions en cohérence avec la thématique choisi.
- Semaine de l'alimentation 2023 : mise en place de divers ateliers.
- Préparation d'une conférence sur les risques dépressifs (octobre 2023).



DES ATELIERS THÉMATIQUES POUR LA SEMAINE DE L'ALIMENTATION

Le calendrier des actions a été établi en février et comporte d'une part, des ateliers pour la semaine de l'alimentation (fin mai - début juin) et d'autre part, une conférence en octobre. Lors de la semaine de l'alimentation, ont été proposés les ateliers "Bien dans son assiette et lecture d'étiquette", "nutrition et diabète", "nutrition et cholestérol", "alim'action" (comment limiter les emballages, bien choisir ses contenants) et deux ateliers cuisine. Enfin, la semaine d'ateliers s'est clôturée par la tenue d'un stand "Aujourd'hui pour demain", qui rassemblait l'ensemble des services municipaux et communautaires, pour communiquer sur les actions portées par la collectivité en lien avec le développement durable. Une animation sur comment bien s'alimenter était animée Aesio.

UNE CONFÉRENCE SUR LES RISQUES DÉPRESSIFS

Une conférence, prévue pour le 13 octobre, sera animée par plusieurs professionnels. Le Dr Christiane VANNIER de l'association des Centres de prévention AGIRC-ARRCO, expliquera les mécanismes physiologiques du stress et les modalités d'actions possibles. Mme Gaëlle Ponsoda, infirmière au sein de l'équipe mobile de psycho-gériatrie du CHDV présentera cette structure d'aide. Puis la conférence se terminera par une mise en pratique collective de sophrologie avec Mme Françoise REYNAUD, sophrologue.



APPEL À CONTRIBUTION

Si, comme la Ville de Valence, vous avez mis en place des projets pour les aînés, n'hésitez pas à nous en faire part : contact@rfvaa.com