

# ATELIER DE PRÉVENTION SANTÉ INTITULÉ "CHECK-UP SANTÉ SÉNIORS"

## UN BESOIN DE PRÉVENTION

La Ville de La Ciotat compte 36 000 habitants, dont 35% de seniors. Forte de ce constat, la Maison des Seniors a pris le parti dès son ouverture en 2016, d'œuvrer en direction du "bien vieillir". Chaque année, les informations récoltées via un sondage distribué lors du Salon des Seniors, montrent une demande importante du public en matière d'actions de prévention santé. C'est la raison pour laquelle, accompagnée de la Mutualité Française comme financeur, la décision a été prise d'organiser pour l'année 2024 un événement de type forum à grande échelle : le Check-up Santé. Celui-ci permettant de rassembler en un seul lieu et sur une même journée, différents professionnels institutionnels et différentes spécialités médicales à l'adresse des seniors.

## UN PROJET AUX MULTIPLES PARTENAIRES

Le besoin pour ce forum a émergé en février 2023 à la suite du dernier Salon des seniors. En avril, le contact avec la Mutualité Française a été pris, et une réunion commune pour l'élaboration et la construction du projet a eu lieu. En novembre, la MDS a contacté tous les partenaires administratifs participants au Check-up (Carsat, CPAM13, Fil rouge Alzheimer, Pôle infos seniors, service du CCAS, observatoire de la santé...). La Mutualité Française, a quant à elle, contacté tous les intervenants professionnels de santé (dentiste, audioprothésiste, opticien, ergothérapeute, psychologue, diététicien, sophrologue, addictologue, enseignant en activité physique adaptée). La MDS a également pris contact avec le lycée Méditerranée pour associer au projet la classe d'élèves préparant le diplôme d'accompagnement au grand âge. En janvier 2024, les éléments de communication ont été préparés, et la salle municipale et les équipements techniques nécessaires ont été réservés. En février, lors du Salon, les flyers ont été distribués, et le public mobilisé. En mars, la communication sur le projet a continué, et le plan de salle a été élaboré lors d'une rencontre sur les lieux avec la Mutualité Française.



### CCAS et Maison des Seniors de La Ciotat

Ville Amie des Aînés depuis 2023  
La Ciotat (13)

### OBJECTIFS :

- Agir dans le domaine de la prévention de la santé promouvoir le dépistage en matière de santé du public ;
- Favoriser un accès à des soins de qualité et solidaires pour tous ;
- Proposer en une seule journée un bilan médical avec de nombreux professionnels de santé réunis en un même lieu.

### PRATIQUE :

- Élaboration et construction du projet : planification des points d'étapes et listing des partenaires professionnels de santé et des partenaires administratifs à contacter ;
- Contact des partenaires participants au Check-up ;
- Co-construction des éléments de communication ;
- Réservation de la salle municipale et des équipements techniques nécessaires ;
- Mise en place des stands et du matériel la veille de l'évènement.



## DÉTAILS DE LA JOURNÉE

Check-up Santé s'est déroulé le 16 avril. La journée a commencé à 8h00, avec l'accueil des partenaires intervenants et installation. L'accueil du public a débuté à 9h00. Les participants se sont vus remettre un livret "passeport santé" ainsi qu'un questionnaire de satisfaction. La journée a été lancée avec des discours du maire de La Ciotat, d'élus, et du responsable de la Mutualité Française. Toute la journée, les sept élèves issus du Lycée et les six agents "d'accueil" issus de la MDS et MF ont aidé au bon déroulement et à la gestion des files d'attente. Ils ont également aidés au déplacement dans la salle et vers les stands déployés pour les séniors à mobilité difficile.

Parmi les différents stands santé proposés, il y avait : un bilan visuel par un opticien ; un bilan auditif par un audioprothésiste ; des conseils sur l'aménagement de l'habitat par un ergothérapeute ; une initiation aux techniques de relaxation par un sophrologue ; un bilan de la glycémie par une infirmière ; un bilan de la mémoire par une psychologue ; de la prévention de l'addictologie par un professionnel ; un bilan alimentaire par un diététicien, un bilan dentaire par un dentiste ; un test de condition physique par un enseignant en activité physique adaptée ; ou encore une initiation aux techniques de relaxation par une sophrologue.

Il y avait également divers stands d'informations : pôle infos séniors Garlaban-calanques, Fil rouge Alzheimer, CCAS et Maison des Séniors, Mutualité française, Equipe Mobile Gériatrique Territoriale, dépistage organisé des cancers par la CPAM13, Carsat du SUDEST.

## UNE JOURNÉE RÉUSSIE

Le bilan de ce projet est très positif et va même au-delà des prévisions. La journée a comptabilisé une centaine de visiteurs, et les professionnels intervenants se sont dit très satisfaits de l'organisation et du nombre de séniors qu'ils ont pu toucher (25 personnes compatibles dans la journée pour l'audio-prothésiste). Le questionnaire de satisfaction distribué à l'entrée a démontré des usagers globalement très satisfaits de cette journée, tant au niveau de l'organisation, de la qualité des professionnels présents, de l'accueil, des supports distribués (passeport santé), et en redemandant pour l'année prochaine (certains regrettant un temps insuffisant pour se présenter à tous les stands). A été observé en revanche un peu moins de fréquentation pour les partenaires des stands d'information, de conseils et d'aide aux démarches administratives, qui valident néanmoins par la richesse des échanges, et des liens.

**Check-Up santé**

MUTUALITÉ FRANÇAISE  
rencontre - action - progrès  
sud.mutualite.fr

Ouvert aux jeunes de plus de 60 ans

ENTRÉE LIBRE

**MARDI 16 AVRIL 2024**  
De 9H30 à 12H30 et de 13H30 à 16H30

Ateliers de prévention et d'informations  
Bilan nutritionnel, test de condition physique, bilan visuel, bilan auditif, bilan mémoire, glycémie, stands d'informations, bilan dentaire, initiation aux techniques de relaxation...

Salle des fêtes Paul Eluard  
Avenue Jules Ferry  
**LA CIOTAT**

INFORMATION : Maison des séniors de La Ciotat 04.42.08.88.39



## APPEL À CONTRIBUTION

Si, comme la Ville de La Ciotat, vous avez mis en place des projets pour les aînés, n'hésitez pas à nous en faire part : [contact@rfvaa.com](mailto:contact@rfvaa.com)

