

## PARCOURS PRÉVENTION SANTÉ SENIORS DE LA MAIRIE DE TOULOUSE

### LA PRÉVENTION AU CŒUR DE LA POLITIQUE DE LA VILLE

L'évaluation de la politique publique en faveur des seniors conduite en 2019 a identifié 5 axes prioritaires, notamment la lutte contre l'isolement, la solitude, la précarité, en allant au-devant des publics notamment fragiles, et les actions de prévention santé. En collaboration avec le CHU, la Mairie de Toulouse a mis en place un programme de prévention santé pour les seniors de 60 ans et plus, incluant des dépistages et suivis réguliers pour préserver leur capital santé grâce au programme ICOPE donnant accès à des ateliers gratuits, puis à un accompagnement vers une offre d'activités municipale, associative. Les seniors peuvent ainsi participer à des ateliers variés tels que la sophrologie, la mémoire, la prévention des chutes, l'équilibre ou la nutrition, visant à améliorer leur qualité de vie.

### LA DÉTECTION DE LA FRAGILITÉ CHEZ LES AÎNÉS

Dès 2013, la Mairie de Toulouse a noué un partenariat avec le Professeur Bruno Vellas, coordinateur du pôle gériatrie du CHU de Toulouse et créateur du Gérontopôle, pour la mise en place d'un dispositif de détection de la fragilité chez les personnes âgées à l'hôpital Lagrave. Puis, entre 2018 et 2019, un dispositif de détection des fragilités a été expérimenté dans un quartier du centre-ville, toujours en collaboration avec le Gérontopôle.

Les deux objectifs principaux étaient de repérer, évaluer et accompagner les personnes âgées fragiles à partir de 70/75 ans, mais aussi d'informer et de sensibiliser les habitants et les professionnels aux signes précurseurs de la dépendance. Trois grands axes ont été développés : la construction de parcours personnalisés de prévention santé en s'appuyant sur les ressources municipales et associatives, l'inscription, le suivi et l'orientation des seniors bénéficiaires en lien avec le CHU, ainsi que des actions de proximité pour aller vers les seniors isolés.



#### Toulouse

Ville Amie des Aînés depuis 2015

Toulouse (31)

#### OBJECTIFS :

- Prévenir la dépendance en orientant les seniors, qu'ils soient fragiles ou robustes, vers des activités améliorant leur mobilité, nutrition, psychologie, cognition, audition et vision ;
- Favoriser le bien vieillir en santé et l'autonomie de seniors.

#### PRATIQUE :

- 2013 : Partenariat avec le Gérontopôle ;
- 2018 / 2019 : expérimentation d'un dispositif de détection de la fragilité ;
- 2021 : Déploiement expérimental d'ICOPE ;
- A partir de fin 2023, renforcement du dispositif.

## UN PARCOURS PERSONNALISÉ

Depuis 2021, la Mairie de Toulouse a déployé de manière expérimentale le dispositif ICOPE (Integrated Care for Older People) dans certains quartiers, avant de l'étendre à l'ensemble des seniors toulousains dès 2022. Avec l'arrivée du dispositif, les premiers parcours de préventions et actions de proximités sont arrivés. Ces parcours débutent par l'évaluation des capacités fonctionnelles des personnes âgées. Après avoir réalisé le bilan ICOPE, les seniors sont orientés et accompagnés vers des activités adaptées, en étroite collaboration avec le CHU et son Gérontopôle. Pour renforcer ce dispositif, la municipalité a créé, fin 2023, un service dédié "Prévention fragilité et inclusion numérique" mobilisant une équipe prévention et une chargée de projet. Deux espaces municipaux ont été aménagés pour être dédiés aux actions de prévention. Des comités de pilotage réunissant le CHU, les élus en charge des seniors et de la santé ont également été mis en place.

Les seniors de 60 ans, et plus, peuvent intégrer ce parcours de prévention via la plateforme "Allô seniors". Ils sont alors pris en charge par l'équipe prévention santé pour une écoute active, pour bénéficier de l'évaluation ICOPE et s'inscrire aux activités du parcours proposées dans différents quartiers de la Toulouse (logique de déploiement territorial). Différents formats de parcours leur sont proposés : ateliers thématiques (sur la mémoire, l'équilibre, la nutrition...), des sensibilisations ponctuelles et ou encore des conférences grand public, tous animés par des professionnels qualifiés et subventionnés par la Mairie de Toulouse, la Conférence des Financeurs ou encore la Carsat.

## DES BILANS RÉGULIERS

À la fin des cycles d'ateliers, un bilan quantitatif et qualitatif est établi. S'en suivra une analyse basée sur les retours d'expériences de l'équipe qui permettra une projection plus fine dans la mise en œuvre du dispositif (thématiques les plus souvent demandées, besoins spécifiques suivant les quartiers, partenariats à privilégier, etc.). Des comptes-rendus sont effectués après chaque sensibilisation et un bilan final est organisé. Un bilan est établi après chaque conférence santé par le partenaire pour évaluer si des ateliers complémentaires sont à prévoir.

Des points du dossier réguliers ont lieu avec la responsable du Pôle Seniors et une réunion de suivi des parcours est organisée avec les partenaires chaque année. Enfin, une subvention spécifique peut être attribuée aux associations, partenaires.

En tout, ce sont deux cent cinquante-neuf personnes, entre 60 et 90 ans, qui bénéficient de ces parcours de prévention.

**SENIORS**

**Le PARCOURS PRÉVENTION SANTÉ**

La Mairie de Toulouse propose des ateliers gratuits pour accompagner les seniors à bien vieillir : mémoire, activité physique adaptée, sophrologie, prévention des chutes, nutrition, yoga etc.,

Contactez la plateforme téléphonique  
**Allô Seniors au 0800 042 444**  
 pour être guidé dans votre inscription.  
 Un accompagnement et un suivi personnalisés vous seront proposés.

**Les conditions d'accès :**

- Être senior retraité toulousain de + de 60 ans, titulaire de la carte montoulouse Senior
- Avoir intégré le programme de prévention Icope et être assidu aux ateliers

**CHU TOULOUSE**

**VILLES AMIES DES AÎNÉS**

**Aimer Vivre à Toulouse**  
**Mairie de TOULOUSE**

## APPEL À CONTRIBUTION

Si, comme la Ville de Toulouse, 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)

