

## Ateliers santé seniors *Forum de présentation*

La Mutualité Française (MFC) et le Conseil général d'Eure-et-Loir proposent une rencontre autour des « Ateliers Santé Seniors » qu'ils organisent en partenariat avec les **communautés de communes du Perche Senonchois et de l'Orée du Perche**,

**Mardi 30 septembre 2014 à 14h30**  
**à la salle des Mariages de la Mairie de Senonches.**

### Des Parcours Ateliers Santé Seniors (Pass) pour renforcer le bien-être, la santé et l'autonomie des seniors

Basés sur une méthode positive, participative et en groupe, les Parcours Ateliers Santé Seniors (Pass) visent à :

- Entretenir, voire améliorer les capacités physiques, sociales et psychiques des seniors dans le cadre d'un parcours long,
- Lutter contre l'isolement souvent lié au passage à la retraite : diminution des activités, des relations sociales et un remaniement des priorités de vie,
- Prévenir les risques liés à l'avancée en âge (prévention des chutes par exemple) en adoptant un mode vie favorable à la santé globale ;
- Orienter les participants vers des activités susceptibles de maintenir suite au PASS un bon état de santé (activités gym douce, club de seniors...).

A l'issue du forum, les seniors pourront s'inscrire entre autre aux ateliers suivants :

Ateliers longs :

- **Stimuler ma mémoire** : pour renforcer et stabiliser les mécanismes de mémorisation ;
- **Garder mon équilibre** : pour améliorer les facteurs d'équilibre, réagir après la chute ;
- **Nutrition** : pour trouver une alimentation équilibrée appropriée à sa vie quotidienne.

Ainsi que sur bien d'autre thèmes (atelier courts à séance unique) : médicaments, audition, vision, podologie...

### Des territoires prioritaires et des partenariats privilégiés

Depuis 2010, la **Mutualité Française Centre (MFC)** participe au groupe de travail inter régime, piloté par la **Carsat**, en partenariat avec la MSA Beauce-Coeur de Loire, la MSA Berry-Touraine et l'AGIRC-ARCCO et formalisée par une convention de partenariat. Cette concertation régionale vise notamment à coordonner l'implantation territoriale des différents acteurs du **Bien Vieillir** en région Centre. Pour cela, l'observatoire des situations de fragilités de la Carsat propose des cartes départementales mettant en avant des territoires prioritaires sur lesquels la MFC s'investit.

Les PASS s'intègrent dans des dynamiques territoriales de santé publique sur des bassins de 5 000 à 70 000 habitants. La MFC travaille donc en partenariat avec les collectivités locales telles que les pays, **les communautés de communes** et les municipalités.

**Une convention** a été signée entre la Mutualité Française Centre et le Conseil général d'Eure-et-Loir pour développer un à deux parcours par an et s'appuyer sur les **Espaces seniors info-services**.

A partir d'octobre 2014, le PASS accueillera à **Senonches et La Ferté-Vidame** entre **30 et 80 personnes** en petits groupes de 15 personnes maximum par ateliers santé. La cohérence du parcours et le réinvestissement des apports dans la vie quotidienne sont travaillés entre le groupe, les chargés de missions MFC et les intervenants dans le cadre des séances intermédiaires et en fin d'ateliers. Des **passesports de suivi** sont remis aux participants et utilisés par ceux-ci pour le suivi de leurs parcours.

**Animés par des professionnels** référencés et formés à l'intervention collective en promotion de la santé et coordonnés par les chargés de mission MFC, ces parcours articulent chacun une quarantaine de séances en petits groupes, sur 6 mois environ. Un atelier bilan prévu 6 mois après la fin du parcours permettra aux participants de réaliser à nouveau des tests et d'évaluer cette action.

---

■ CONTACT PRESSE

---

**Xavier CHÂTELAIN** - Responsable des relations presse - Conseil général d'Eure-et-Loir – Direction de la communication  
Tél. 02 37 20 12 00 - Port. 06 71 28 94 25 - [Mél. xavier.chatelain@cg28.fr](mailto:xavier.chatelain@cg28.fr)