



Communiqué de presse

Déploiement du programme de soutien et de maintien de l'autonomie des seniors « Santé vous bien » sur la commune d'Arrou-Vald'Yerre

Dans le cadre de ses actions de promotion de la santé de proximité sur les territoires, la Mutualité Française Centre-Val de Loire (MFCVL), en partenariat avec la mairie d'Arrou-Vald'Yerre et le Conseil départemental d'Eure-et-Loir ; dans le cadre de la conférence des financeurs de la perte de l'autonomie des personnes âgées et la Carsat, met en place un programme de soutien et de maintien de l'autonomie des seniors, « Santé vous bien ».

Le principe de ce programme, qui débutera le mercredi 10 mai 2023, est de proposer dans un premier temps une action d'information collective et des tests de repérage individuels concernant plusieurs facteurs de risques liés à l'âge, et dans un second temps un ensemble d'ateliers de prévention à la santé qui se répartiront sur plusieurs mois.

La mise en place de ce projet s'inscrit dans le cadre de la politique de coordination de l'Interrégimes afin de proposer des ateliers de prévention accessibles à tous, sur tous les territoires de la région Centre-Val de Loire.

Une action dédiée au repérage de facteurs de risques liés à l'âge

Avec l'avancée en âge, les seniors font face à une augmentation de plusieurs pathologies et troubles divers. Par exemple, en France, 65% des personnes âgées de 65 ans et plus sont atteintes de troubles de l'audition. C'est dans ce cadre que la Mutualité Française Centre-Val de Loire propose un temps d'information collectif et de dépistages individuels de plusieurs facteurs de risques liés à l'âge : audition, vision, glycémie et tension. Des chargés de missions en santé publique ainsi que des professionnels de santé interviendront lors de cette action auprès des seniors. Ce premier temps permettra également aux participants de découvrir l'ensemble du dispositif articulé autour d'ateliers thématiques.

Un parcours d'ateliers « à la carte »

Sept ateliers abordant des thématiques variées (Gym'prévention, alimentation, sommeil,...) et comportant chacun entre 1 et 14 séances seront proposés, afin que chaque participant élabore son propre parcours santé personnalisé.

Le planning des ateliers est le suivant :

- **Gym'Prévention** : de 11h à 12h les mercredis 6, 13, 20, 27 septembre, 04, 11, 18, 25 octobre, 08, 15, 22, 29 novembre et 06, 13 décembre 2023
- **Alimentation** : de 9h30 à 12h les jeudis 8, 15, 22 et 29 juin 2023
- **Habitat** : le mardi 21 novembre 2023 de 10h à 12h
- **Médicament** : le lundi 27 novembre 2023 de 10h à 12h
- **Sommeil** : le lundi 04 décembre 2023 de 10h à 12h
- **Bien-être/bilan** : le lundi 11 décembre 2023 de 10h à 12h

Ces ateliers seront dispensés par des professionnels ayant une expérience dans l'animation d'ateliers en groupe.

Ce programme est ouvert à toute personne de 60 ans ou plus. Aucune participation financière n'est demandée.

Une inscription préalable est obligatoire pour participer, auprès de
Céline Grandjean-Leddé, 02.54.70.59.81 / celine.grandjean@murec.fr

Contact presse :

Morgane BELEN – 06 33 82 60 44 – morgane.belen@murec.fr

Suzie LAHOREAU – 07 88 28 24 44 – suzie.lahoreau@murec.fr

Mutualité Française Centre-Val de Loire – 5,7,9 quai de la Saussaye, 41 000 BLOIS – www.centrevallde Loire.mutualite.fr