



## Communiqué de presse

### Déploiement du programme de soutien et de maintien de l'autonomie des seniors « *Santé vous bien* » sur la commune de Chailles

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 commune de Chailles et France Service ; 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 jeudi 18 avril 2024** est de proposer dans un premier temps une action de dépistages 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.

#### **Une action dédiée au repérage de facteurs de risques liés à l'âge le 18 avril 2024 – Espace Chavil à CHAILLES – 9h30 à 17h**

Avec l'avancée en âge, les seniors font face à une augmentation de plusieurs pathologies et troubles divers. 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 »**

Six ateliers prévention santé abordant des thématiques variées (activité physique, nutrition, sommeil, conseil habitat, etc.) 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 :

- **ATELIER ALIMENTATION** : 14h à 16h les vendredis, du 24 mai au 28 juin 2024 – sauf le 7 juin
- **ATELIER GYM'PREVENTION** : 15h à 16h les lundis, du 16 septembre 2024 au 20 janvier 2025, hors périodes scolaires et jours fériés
- **ATELIER « J'ADATE MON HABITAT »** : 10h à 12h le jeudi 26 septembre 2024
- **ATELIER « LE BON USAGE DES MEDICAMENTS »** : 10h à 12h le jeudi 3 octobre 2024
- **ATELIER BIEN-ETRE** : 10h à 12h le jeudi 10 octobre 2024
- **ATELIER SOMMEIL** : 10h à 12h le jeudi 17 octobre 2024

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.

**Inscriptions obligatoires, auprès de Céline GRANDJEAN-LEDDER, 02 54 70 59 81 – [celine.grandjean@murec.fr](mailto:celine.grandjean@murec.fr)**

#### **Contact presse :**

Fanny Bordier – 06 37 96 73 38

Mutualité Française Centre-Val de Loire – 5 – 7 – 9 quai de la Saussaye, 41 000 BLOIS – [www.centrevaleloire.mutualite.fr](http://www.centrevaleloire.mutualite.fr)