



Fondation Paul Bennetot

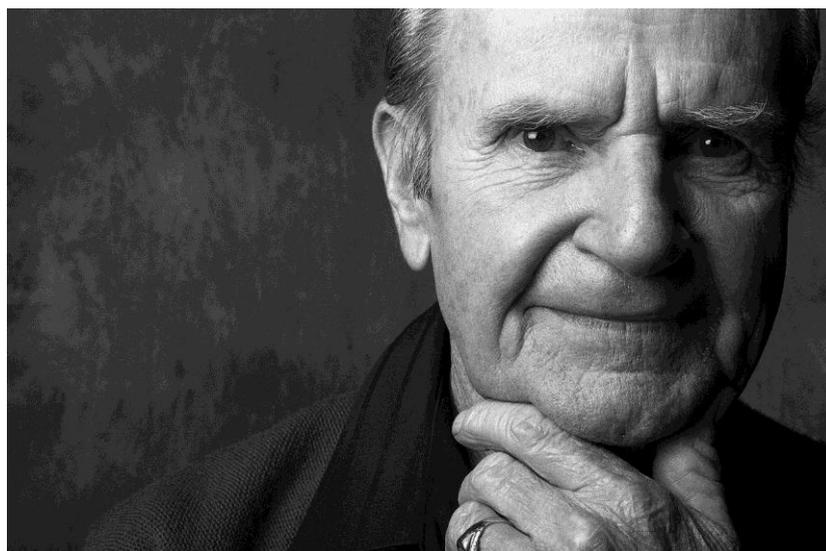
Fondation sous l'égide de la Fondation de l'Avenir



MUTUALITÉ 64

Convention n°SQVA 07-0005

Bien-être et autonomie de la personne âgée



*Mutualité 64 – Service Promotion de la Santé
Années 2007-2008*

CONTEXTE

La région Aquitaine est l'une des régions les plus vieillissantes de France (la cinquième). Les personnes de 75 ans et plus représentent 9,5 % de la population alors qu'elles ne représentent que 7,7 % au niveau national. Actuellement, près d'un quart des aquitains a plus de 60 ans ; en 2020, ils représenteront 35 % de la population. Dès 2012, l'effectif des 60 ans et plus devrait être supérieur à celui des moins de 25 ans.

Le schéma départemental des Pyrénées Atlantiques a mis en avant un vieillissement général de la population (source INSEE) : les 60 ans et plus représentaient en 1999 26 % de la population, les plus de 75 ans 9,7 % de la population, soit des proportions proches de la moyenne régionale et donc supérieures à la moyenne nationale. De plus, il existe une forte augmentation de la dépendance physique (perte d'autonomie), celle-ci représentant le premier motif d'entrée en établissement.

L'allongement de la durée de la vie et par conséquent l'augmentation du nombre des personnes âgées entraîne une réflexion sur les dispositifs de prise en charge, sur le maintien à domicile, sur la dépendance..., et fait de la prévention des maladies, des chutes et du bien être global de la personne âgée un enjeu majeur pour l'avenir.

Le **programme national « Bien vieillir » 2007-2009** a pour finalité de répondre à l'enjeu auquel notre société est désormais confrontée, celui d'une plus grande longévité, en contribuant à améliorer la qualité de la vie et en prévenant les phénomènes liés au vieillissement (handicaps et dépendance). Neuf mesures ont ainsi été proposées :

- * Axe 1 : Dépister et prévenir lors du départ en retraite les facteurs de risque liés au vieillissement
- * Axe 2 : Promouvoir une alimentation équilibrée pour rester en forme après 55 ans
- * Axe 3 : Promouvoir une activité physique et sportive
- * Axe 4 : Prévenir les facteurs de risque et les pathologies influençant la qualité de vie (travail sur l'équilibre, l'ostéoporose, les déficits auditifs et visuels, la prévention des cancers et les soins bucco-dentaires)
- * Axe 5 : Promouvoir le bon usage des médicaments
- * Axe 6 : Promouvoir la solidarité entre les générations (contribuer au développement de la semaine bleue)
- * Axe 7 : développer le "Bien vieillir" au niveau local
- * Axe 8 : Développer la recherche et l'innovation dans le domaine du "Bien Vieillir"
- * Axe 9: inscrire la démarche française dans la dimension européenne.

Le vieillissement de la population représente un des principaux enjeux de notre société et pose un triple défi : médical, financier et culturel. La Prévention constitue une des réponses : elle permet de maintenir les personnes âgées en bonne santé le plus longtemps possible et de rompre l'isolement social. Elle couvre le champ de la prévention médicale, du maintien du lien social et de la lutte contre les discriminations par l'âge.

La protection des personnes âgées, dépendantes ou handicapées, est une des missions de la Mutualité Française. Le programme « Bien-être et autonomie de la personne âgée » a permis à Mutualité 64 de remplir pleinement sa mission et de contribuer à l'amélioration de la qualité de vie des personnes âgées.

Ce projet visait à favoriser un vieillissement harmonieux des personnes âgées et à les aider à préserver leur autonomie le plus longtemps possible.

Il a permis d'apporter des réponses de proximité à des besoins émergents, de manière souple, ponctuelles ou sur la durée.

Enfin il a pris en compte la personne âgée dans sa globalité : il a été question ici de santé physique, morale et sociale et d'inscription dans le tissu local.

L'idée de ce programme était de proposer aux personnes âgées d'une part des activités déjà testées et évaluées, et d'autre part d'expérimenter un travail inscrit dans la durée auprès d'un groupe de personnes vivant en institution et un autre vivant à domicile.

Cet axe a été évalué et modélisé pour être reconduit en 2008 auprès de nouveaux groupes.

Tout ce qui a été entrepris devait être reproductible ; c'est la raison pour laquelle les ressources locales (humaines, matérielles) ont été privilégiées pour d'une part limiter les coûts mais également faire que ces actions continuent à vivre grâce aux partenariats engagés.

Concernant notre financement, celui-ci a eu trait en grande majorité à l'achat de matériel (investissement à long terme) et à la rémunération d'intervenants. L'action ayant été reconduite en 2008, il est apparu évident que nos frais ont réduit de façon significative puisque nous n'avions plus qu'à prendre en charge la rémunération d'intervenants et autres (location de salles, frais d'impression d'affiches, etc.).

Mutualité 64 tient à remercier la Fondation Paul Bennetot qui a permis de mener à bien ce projet ambitieux en direction des personnes âgées vivant à domicile ou en institution sur le département des Pyrénées Atlantiques.



Bilan des actions menées et subventionnées en 2007 et 2008 par la FONDATION PAUL BENNETOT sous l'égide de la Fondation de l'Avenir

I - ORGANISME SUBVENTIONNE EN 2007-2008

1.1 - Nom de la structure :

MUTUALITE 64

1.2 - Adresse :

4-6 rue Sauveur Narbaïtz
64 100 BAYONNE

Représentant légal : Lucien BROTO, Président

Chef de projet : Caroline BARBOTEAU

Fonction : Responsable de l'Activité Promotion de la Santé

Tél : 05 / 59 / 46 / 30 / 20

Fax : 05 / 59 / 46 / 30 / 11

E-mail : prevention@mutualite64.fr

1.3 - Co-financeurs :

- Mutualité 64
- Union Régionale de la Mutualité en Aquitaine
- Fédération Nationale de la Mutualité Française
- Groupement Régional de Santé Publique Aquitaine

II - DESCRIPTION DE L'ACTION

2.1 - Convention n° SQVA 07 - 0005

2.2 - Titre du Projet

" Bien être et autonomie de la personne âgée" _

2.3 - Réalisation de l'action

Projet global de préservation de l'autonomie chez des personnes âgées vivant à domicile ou en institution, et

financé par la Mutualité Française, Fond National de prévention, le groupement Régional de Santé Publique, et la Fondation Paul Bennetot.

Ce projet s'est déroulé de janvier 2007 à décembre 2008.

Le service Prévention de mutualité 64 s'est attaché dans la réflexion et la mise en œuvre concrète des actions à s'entourer de partenaires associatifs et institutionnels afin de mutualiser les moyens et d'atteindre ainsi un public le plus large possible.

2 types d'actions ont été envisagées :

- ponctuelles : différents thèmes de santé liés à la qualité de vie et à l'autonomie des personnes âgées ont été abordés :
 - dépistages visuels réalisés par des opticiens diplômés dans le cadre de la Semaine de la Vision en octobre 2007, lors de la Semaine Bleue (2007) et d'un forum sécurité routière et seniors (2008)
 - dépistages auditifs réalisés dans le cadre de la Journée Nationale de l'Audition en mars (2007 et 2008) et lors du forum sécurité routière et seniors
 - bilans alimentaires lors du forum de la journée départementale de la Semaine Bleue (2007 et 2008)
 - trois conférences sur le bon usage du médicament
- sur la durée :
 - un atelier « prévention des chutes » (15 séances) de janvier à avril 2008 suite aux conférences organisées en décembre 2007
 - travail avec une maison de retraite sur le lien social et la qualité de vie
 - * réflexion sur le projet en 2007, arrivée de nouvelles personnes dirigeantes souhaitant impulser une nouvelle dynamique
 - * mise en place des actions en 2008

Au final, ce projet s'est adressé, en fonction des besoins repérés, au personnel soignant à travers des ateliers sur « L'image au quotidien pour une meilleure relation » portant sur le maintien identitaire des résidents amenant à une meilleure prise en charge et reconnaissance en tant que personne.

2.4 - Calendrier :

Date de début de la mise en œuvre réelle de l'action (hors préparation et conception)

Prévue : janvier 2007

Réalisée : mars 2007

Date de fin de mise en œuvre réelle de l'action

Prévue : décembre 2007 pour les actions ponctuelles

décembre 2008 pour le projet en maison de retraite

Réalisée : décembre 2007 pour les actions ponctuelles

décembre 2008 pour le projet en maison de retraite

2.5 - La population concernée :

Effectif (nombre de personnes réellement touchées par cette action) :

- Journée de l'Audition (2007 et 2008) : 320 personnes dépistées sur nos 3 centres acoustiques (Pau, Orthez, Bayonne).

- Conférence sur l'audition (2008) : en partenariat avec le CLIC de Pau, Intervenants : ORL, Audioprothésiste, Maison des sourds et association des sourds et malentendants.

- Semaine de la Vision (2007) : 100 dépistages visuels et ateliers Objectifs regard (réalisés par une socio esthéticienne, conseils look et lunettes)
- Semaine Bleue (2007 et 2008) : 300 personnes sensibilisées sur l'importance d'une hygiène alimentaire et d'une bonne vision. 50 bilans alimentaires individuels et 20 dépistages visuels ont été réalisés.
- Conférences Bon Usage du médicament (2007 et 2008) : 300 personnes sur les trois conférences
- Conférences prévention des chutes (2007) : 200 personnes sur les trois conférences.
- Atelier prévention des chutes (2008), 15 séances : 15 personnes.
- Atelier de socio-esthétique en maison de retraite en direction des personnels et résidents (2008) : 12 aides soignantes et agents de vie, 55 résidents.

III - PARTENARIAT

Liste des partenaires mobilisés : différents comités de pilotage ont été constitués en fonction des actions menées.

CRAM Aquitaine

CPAM, Bayonne et Pau

CIAPA (Comité départemental d'Information et d'Action en faveur des Personnes Agées)

CLIC (Centre Locaux d'Information et de coordination gérontologique)

Centre Culturel Interâge

SIEL BLEU, association d'éducateurs sportifs spécialisés dans la prise en charge du handicap et des personnes âgées

Mutuelles

Services de soins et d'accompagnement mutualistes

Maison de retraite (Orthez)

IV - MOYENS DE L'ACTION

4.1 Moyens humains :

50 % du temps du service prévention a été consacré à ce projet en 2007 et 25 % en 2008

- Projet coordonné par la Responsable de l'activité Prévention de mars 2007 à décembre 2008,
- Aide de l'animatrice prévention de septembre à décembre 2007.

Appel à des intervenants extérieurs pour l'animation des réunions d'information et de sensibilisation, des conférences et des ateliers :

- Bon usage du médicament : intervention du Responsable du centre d'Information Santé de la Caisse Régionale d'Assurance Maladie Aquitaine (en 2007) devenu en 2008 Consultant.
- Vision : opticiens de Mutualité 64, et socio esthéticienne pour un travail sur l'image de soi (2007) pour la semaine de la vision, dépistages visuels action sécurité routière seniors (2008)
- Audition : Audioprothésistes de Mutualité 64 (en 2007 et 2008), ORL, Maison des sourds, association de sourds et malentendants (2008).
- Prévention des chutes (2007 et 2008) : Educateurs sportifs spécialisés de l'Association Siel Bleu
- Ateliers « Image au quotidien, pour une meilleure relation » (2008) : socio-esthéticienne

4.2 Moyens matériels : locaux, support de communication etc...

- Utilisation des locaux de Mutualité 64 pour la Semaine de la Vision et la Journée Nationale de l'Audition
- Location de salles pour les conférences et réunions de sensibilisation (chutes et médicament).
- Mise à disposition d'une salle pour les ateliers au sein de la maison de retraite
- Support de communication : création de flyers et affiches afin d'annoncer les manifestations aux mutuelles et tout public.
- Achat de documentations diverses, plaquettes, sur les différents thèmes (médicament, alimentation, vision, etc.)
- Achat d'un matériel de dépistage visuel (Visiotest)

4.3 Moyens financiers :

Rappel du montant de la subvention allouée par la Fondation Paul Bennetot : 8500 €

- 5667 € pour 2007

- 2833 € pour 2008.

Etat des dépenses réalisées sur la subvention versée par la Fondation Paul Bennetot : 8500 € en 2008.

BENMELLIL/MUTUALITE64-2007

CHARGES	TOTAL	%du total	PRODUITS	TOTAL	%du total
FRAS DE FONCTIONNEMENT	1988,72€	4,39%	RNP	1252,40€	27,74%
- Charges de personnel - 64	1808,77€	4,06%			
- Locations/charges locatives- 613/614	432,66€	0,95%			
- Achats non stockés- 606	153,77€	0,34%	URMA	45,18€	1,01%
- Impôts et taxes- 63	19,25€	0,04%			
- Amortissements- 681	1168,27€	2,59%			
FRAS INFRAS AUX ACTIONS	2528,72€	5,60%	UD	2219,69€	49,00%
GRES PAR L'UNION					
- Achats- 606	4710,84€	10,43%	FONDATION	567,00€	12,53%
- Services extérieurs:			FALEBNEIOT		
* Prestations de service- 611	923,14€	2,05%			
* Locations- 613	0,00€	0,00%	GRSP	4381,17€	97,00%
- Personnel et intervenants extérieurs- 621/622	6670,62€	14,78%			
- Publication- 623	885,84€	1,96%			
- Déplacements- 625	3366,89€	7,48%			
- Frais postaux et télécommunications- 626	397,00€	0,88%			
TOTAL	45146,44€	100,00%	TOTAL	45146,44€	100,00%

Détail de l'utilisation de la subvention Fondation Paul Bennetot (cf. factures) pour 2007

FONDATION PAUL BENNETOT		5 667,00 €
Personnes vivant à domicile		
Semaine de la Vision		
- Achat d'un visiotest	606	2 582,45 €
- Rémunération des opticiens pour réaliser les dépistages visuels	622	1 192,46 €
- Rémunération d'une socio-esthéticienne pour les ateliers regard	622	1 296,60 €
- Déplacements chargée de prévention	625	15,20 €
- Achat de documentation sur la vision	606	42,03 €
- Publications	623	47,58 €
Total		5 176,32 €
Conférence Bon usage du médicament		
- Publication	623	104,17 €
- Goûter préparé et servi par les élèves d'un lycée professionnel	611	150,00 €
Total		254,17 €
Semaine Bleue		
Rémunération opticien pour dépistages visuels (temps passé+frais déplacements)	622	101,71 €
Total		101,71 €
Projet en Maison de retraite : réflexion pour 2008		
- Déplacements chargée de prévention	625	134,80 €
Total		134,80 €

BENNEUR MUTUELLE 2008

CARGES	TOTAL	% du total	FROUITS	TOTAL	% du total
FRAS DE FONCTIONNEMENT	145663€	49,9%	FNP	53648€	22,9%
- Charges personnel - 64	121534€	40,8%			
- Locations/charges locales - 613/614	157734€	0,9%			
- Achat stocks - 606	8412€	0,3%	MURMA	60932€	26,1%
- Services extérieurs	38244€	0,4%			
- Amortissements - 681	18760€	2,5%			
- Téléphone	15159€		UD	145663€	62,2%
FRAS INHERENS AUX ACTIVITES DE LA MUTUELLE	880880€	56,0%			
- Achat - 606	1798€	1,4%	FONDAION FALEBNEIOT	288300€	12,4%
- Services extérieurs:					
* Restations de service - 611	6900€	2,0%			
* Locations - 613	1800€	0,0%			
- Personnel intervenant extérieurs - 621/622	50007€	14,7%			
- Publication - 623	2972€	1,9%			
- Déplacements - 625	33064€	7,4%			
- Frais postaux et télécommunications - 626	20339€	0,8%			
TOTAL	233548€	100,0%	TOTAL	233548€	100,0%

Détail de l'utilisation de la subvention Fondation Paul Bennetot (cf. factures) pour 2008

MATMUT		2 833,00 €
Conférence Bon usage du médicament - Intervenant (2008)	622	175,00 €
Total		175,00 €
Projet en Maison de retraite - Intervention socio-esthétique	622	2 169,90 €
TOTAL		2 169,90 €
Sécurité routière CLIC Mauléon - opticien dépistages visuels	622	163,25 €
- audioprothésiste dépistages auditifs	622	226,52 €
- frais de déplacements	625	93,52 €
TOTAL		483,29 €
Impression d'affiches pour actions diverses	611	4,81 €
TOTAL		2 833,00 €

V - ANALYSE/ EVALUATION DE L'ACTION

◆ **Evaluation des processus (le déroulement) :**

DOMAINES EVALUES	INDICATEURS/ RESULTATS ATTEINTS
Engagement des partenaires	Tous les partenaires se sont impliqués dans le pilotage et la mise en œuvre
Respect du calendrier	Dates des manifestations respectées
Respect du budget	Le budget prévisionnel a été respecté

◆ **Evaluation des résultats :**

OBJECTIF PRINCIPAL	OBJECTIFS OPERATIONNELS	INDICATEURS RETENUS/ RESULTATS ATTEINTS
<p>Favoriser un vieillissement harmonieux des personnes âgées et contribuer à préserver leur autonomie le plus longtemps possible en les aidant à se rendre actrices de leur bien-être et de leur santé.</p>	<p>1. Sensibiliser sur les risques auditifs et visuels en fonction de l'avancée en âge, la baisse naturelle de l'audition et de la vision.</p> <p>2. Proposer aux personnes âgées des dépistages auditifs, visuels et nutritionnels.</p> <p>3. Informer sur les causes et risques des chutes des personnes âgées, ainsi que des moyens de les prévenir.</p> <p>4. Sensibiliser sur les bénéfices d'une alimentation équilibrée et adaptée à l'âge des personnes.</p> <p>5. Amorcer un travail sur l'estime de soi, facteur important au niveau de la relation avec les autres.</p> <p>6. Informer sur le bon usage du médicament.</p> <p>7. Organiser des séances de travail sur la mémoire.</p>	<p>Organiser des réunions de sensibilisation Animer un stand d'information lors de forums 2007 : Réunion avec une audioprothésiste pour la Journée nationale de l'Audition : 20 participants 2007 : Journées Rétina France sur la Basse vision : 50 participants 2008 : conférence « Bien entendre après 60 ans » en partenariat avec le CLIC de Pau, 30 participants.</p> <p>Participer à des forums santé Relayer dans nos centres mutualistes les journées phares (audition et vision) 2007 et 2008, nombre de personnes dépistées sur</p> <ul style="list-style-type: none"> - l'audition : 350 - la vision : 200 - la nutrition : 50 <p>Organiser des réunions de sensibilisation : 2007 : 3 conférences, 200 participants 2008 : Formation d'un groupe de 15 personnes pour un atelier prévention des chutes, 15 séances</p> <p>Pas de demande de conférence sur ce thème en 2007 et 2008 Animation d'un stand d'information lors de la semaine Bleue et bilans alimentaires personnalisés (cf. ci-dessus) réalisés à l'aide du logiciel NAQAPA (Edition IRSA).</p> <p>2007 : travail de réflexion engagé avec une maison de retraite 2008 : mise en place effective de l'action en fonction des besoins repérés, organisation d'ateliers de socio-esthétique, 12 personnels soignants et 55 résidents.</p> <p>Organisation d'une conférences : 2007 : en partenariat avec le CIAPA et la CPAM Pau, 40 participants 2008 : - à la demande d'une mutuelle, 60 participants. - en partenariat avec le CLIC de Pau, la CPAM et le Centre Culturel Interâge, 120 participants.</p> <p>Pas de travail sur ce thème en 2007 et 2008.</p>

Effets positifs / obstacles rencontrés :

- Actions ponctuelles

Satisfaction du public et des professionnels pour les actions menées sur l'audition, la vision, les chutes, la nutrition. Difficulté rencontrée en 2007 par rapport au thème du médicament (polymédication, génériques, etc.), qui malheureusement reste encore tabou. Deux conférences ont été proposées en 2008 à nouveau et ont satisfait cette fois-ci de manière très forte les participants.

- Actions sur la durée :

1/ Ateliers prévention des chutes : le groupe a trouvé au sein de cet atelier une dynamique, le lien social s'est créé, et malgré une moyenne d'âge élevée (plus de 70 ans), il a souhaité poursuivre en faisant de la gymnastique douce (autofinancement). Les progrès ont été nets du premier au dernier atelier : les participants ont repris confiance en leur capacités physiques mais ont également noué du lien social.

2/ Les ateliers proposés en maison de retraite : ceux-ci vont être poursuivis par la mise en place d'un projet porté par le personnel. Il consistera à appliquer au quotidien les techniques de mise en beauté chez les résidents, mais également de relaxation au moment de la toilette (moments de détente et d'apaisement). D'autre part, le personnel souhaite instaurer au moins une fois par mois un atelier de mise en beauté pour les résidents. Enfin, le personnel s'est engagé à tenir un rôle de relais auprès de leurs collègues n'ayant pu bénéficier de la formation. La dynamique a été impulsée faisant que ce projet continuera à vivre au delà du projet initial.

Signature du représentant légal

Exemples de bilans d'actions

PROPOSITION FORMATION SOCIO-ESTHETIQUE

Thème : « **Soins de confort à visée esthétique : l'image au quotidien pour une meilleure relation** »

Lieu : Maison de retraite « la Visitation » - Orthez

Salle demandée : pièce chauffée et claire, avec point d'eau à proximité (eau chaude)

Intervenante : Mme Claire Hourcade – socio-esthéticienne/conseillère en image personnelle. (tél : 06.87.54.30.65)

Public concerné : personnel de santé de la maison de retraite et du service moyen et long séjour.

Objectif global :

► **RECENTRER L'IMPORTANCE DE L'ESTIME DE SOI COMME PORTEUR DE L'IDENTITE ET DU LIEN SOCIAL.**

► **FAVORISER L'AIDE AU MAINTIEN DE LA PERSONNALITE**



Par le biais d'un travail éducatif basé sur les notions esthétiques et la présentation de soi, les ateliers participent à une revalorisation de la personne, une reconstruction de l'image favorisant ainsi une amélioration dans le comportement relationnel et la communication.

► **Trois axes de travail approfondi lors de ces ateliers :**

- **le schéma corporel** : le toucher-massage permet de «*se donner une limite constructive* » de son enveloppe corporelle. Il travaille sur le *ressenti* et la possibilité de *verbaliser ses émotions*. Evocation du lien Mère/enfant et mise en mots de situations quotidiennes autour du corps.
- **Le miroir** : le travail en collectif permet de *se reconnaître et d'être reconnu* dans le regard de l'autre et vise ainsi la possibilité *d'une réparation identitaire*.
- **Les soins portés sur l'apparence** : le physique, la gestuelle du corps et sa représentation (hygiène, vêtements, maquillage, coiffure,...) participent à la *création du lien social* et permettent de *stabiliser* ou de *reconstruire l'estime de soi devenue défaillante voire inexistante*.

PRESENTATION DE LA FORMATION :

La formation se décline en 3 parties :

- partie 1 : apport théorique
- partie 2 : les modules
- partie 3 : bilan

Partie 1 : Apport théorique

3hrs

- ◆ Prise de contact et présentation de la formation.
- ◆ Cours théorique : « approche socio-esthétique de la notion du toucher et de l'image du corps comme vecteur identitaire »

Partie 2 : Les Modules en groupe

24hrs

😊 Chaque module se compose en deux parties : un atelier pour le personnel et un atelier personnel/ résidents – 2 x 3hrs.

😊 Chaque « module » est basé sur des thèmes précis.

😊 Ce travail en atelier demande une implication personnelle.

😊 Groupe de travail de 10 à 12 personnes.

Thème 1 : Les mains ; lien social et communication

6hrs

Séance 1 et 2 : 2 X 3hrs

- ◆ Implication individuelle et/ou en binôme.
- ◆ Travail sur l'hygiène et le ressenti à partir des mains.
- ◆ La communication : les différents « bonjour », la distance sociale...
- ◆ Apprentissage et application de techniques de soin des mains.
- ◆ Mise en application des techniques acquises auprès des résidents.

Thème 2 : soins de confort – visage

6hrs

Séance 3 et 4 : 2 X 3hrs

- ◆ Implication individuelle et/ou en binôme.
- ◆ Choix des produits de soins du visage au quotidien, rasage, cheveux...
- ◆ Conseils adaptés selon les moyens et les besoins des résidents, apprentissage de diverses techniques à partir du potentiel de chacun.
- ◆ Mise en application des techniques acquises auprès des résidents.

Thème 3 : Couleurs et morphologie

6hrs

Séance 5 et 6 (2 X 3h)

- ◆ Implication individuelle
- ◆ Le corps social : la morphologie, les soins portés sur l'apparence, les codes

sociaux...Image intime et sociale : la relation équilibrée.

- ◆ Les couleurs et les vêtements.
- ◆ Mise en évidence de ses propres capacités créatrices auprès des résidents autour des vêtements, des couleurs, des accessoires....

Thème 4 : Mise en beauté

6hrs

Séance 7 et 8 (2 x 3h).

- ◆ Le maquillage : reflet de sa beauté intérieure.
- ◆ Présentation du maquillage, et des techniques de maquillage.
- ◆ Apprentissage et application de techniques de mise en beauté auprès des résidents.

Partie 3 : Bilan	3hrs
-------------------------	-------------

- ◆ Bilan des 8 séances : Evoquer ses manques, ses acquis
- ◆ Evoquer la possibilité d'une mise en application autour de sa personne et au quotidien auprès des résidents.
- ◆ Bilan global de la formation.

ATELIERS EQUILIBRE - PREVENTION DES CHUTES



Les ateliers se sont déroulés tous les jeudi de 9h30 à 10 h 30 du 24 janvier au 24 avril 2008 au Complexe de la République à Pau, soit quinze séances.

12 personnes y ont participé.

Lors de la dernière séance qui a pour but d'évaluer les progrès accomplis individuellement, il a été proposé aux participants de répondre à un questionnaire de satisfaction. En voici les principaux résultats.

11 personnes ont répondu au questionnaire : certaines personnes étaient absentes à la dernière séance. Elles avaient été évaluées à la séance précédente et elles nous ont renvoyé celui-ci par courrier (2/3).

81,8 % des participants sont des femmes contre 18,2 % d'hommes.

54,5 % sont âgés de 60 à 70 ans et 36,4 % de 71 à 80 ans et 9,1 % de plus de 80 ans.

100 % ont une mutuelle : 4 sont affiliées à la MAI, 3 à la MG, 1 à la MNT, 1 à la MIP et 2 à Ociane.

100 % des participants ont eu du **plaisir à participer** aux ateliers.

100 % des personnes ont trouvé **l'ambiance conviviale**.

72,7 % des participants ont jugé le **nombre de séances satisfaisant**.
2 personnes ont estimé qu'il aurait été intéressant de profiter d'un peu plus de séances.



Les exercices proposés ont paru **plutôt facile** pour 100 % des participants.

La moyenne du **degré de satisfaction est de 9,64 sur 10**.

Les personnes interrogées ont affirmé **se sentir après une séance** très bien pour 18,2 %, bien pour 72,7% et assez bien 9,1 %.



pour

45,5 % **des participants ont déjà chuté** avant de participer à cet atelier., en glissant sur le trottoir par exemple ou en trébuchant.

Pour 63,6 % des personnes cet atelier va les aider à **améliorer leur équilibre**, pour 45,5%

leur souplesse et pour 72,7% **leur confiance**.

90 % des personnes estiment que les séances vont les **aider dans leur vie de tous les jours** et 100 % pensent qu'elles vont **les amener à changer leurs habitudes au quotidien**.

100 % des participants souhaiteraient que de **nouvelles séances** soient programmées.

□ A priori, leur désir sera comblé puisque Siel Bleu propose à ces personnes un atelier de gymnastique douce à partir de septembre 2008. Ces séances sont prises en charge par l'adhérent à raison de 45 €/trimestre. Au vu de la dynamique engendrée par ces ateliers et l'ambiance qui y régnait, les participants ont souhaité poursuivre ces rencontres tout en menant une activité physique.



LE BON USAGE DU MEDICAMENT CHEZ LES PERSONNES AGEES

De nos jours, le vieillissement de la population s'accompagne d'une apparition simultanée de plusieurs maladies chroniques. Trop souvent, la polymédication apparaît chez la personne âgée.

En Béarn et Soule, les médecins libéraux mais aussi tous les acteurs de l'action sociale aux Personnes âgées ont sollicité la **Caisse Primaire d'Assurance Maladie Pau Pyrénées**, **Mutualité 64** et le **Comité départemental d'Information et d'Action en faveur des Personnes âgées (CIAPA)** sur ce sujet.

Une première réponse à cette sollicitation s'est concrétisée par la **création d'une affiche** spécifique à ce thème, destinée à être disposée dans les salles d'attente des cabinets de médecins libéraux de Béarn et de la Soule.



Une Conférence sur " **Le bon usage du médicament** " a également été proposée le mardi 27 novembre 2007 au Complexe de la République à Pau. Celle-ci a permis d'évoquer ces substances familières et inconnues à la fois.

Monsieur Alban LACAZE, Président de la CPAM Pau Pyrénées, **Mesdames Marie USIETO**, Vice-Présidente de Mutualité 64, et **Sylvie CAZES**, Coordinatrice du CIAPA, ont accueillis les participants.



Animée par **Philippe ROUSSEAU**, du Centre d'Information Santé de la Caisse Régionale d'Assurance Maladie d'Aquitaine, cette séance nous a interpellés directement sur nos

pratiques personnelles vis-à-vis de ces produits.

Après avoir passé le médicament à « la loupe » (étiquetage, forme galénique, Dénomination Commune Internationale), l'intervenant a abordé les thèmes suivants :

- ◆ La **chronobiologie** et l'importance du respect des **horaires** de prise des traitements et de la **posologie**. Les médicaments ne sont assimilés par l'organisme qu'à certains moments de la journée et deviennent inopérants en dehors des horaires conseillés par le Médecin.
- ◆ La **pharmacie familiale**, qui doit être située à l'abri des enfants et des personnes fragiles, nécessite la conservation de chaque notice (pour l'identification des médicaments en cas de problème) et la vérification régulière des dates de péremption.
- ◆ Les échanges avec les participants ont permis d'approfondir le thème des **médicaments génériques**. Même s'ils sont sûrs, efficaces et « citoyens », les génériques suscitent beaucoup de questions. Un générique est la copie conforme d'un médicament de marque dont le brevet est tombé dans le domaine public. Il est moins cher car son prix n'inclut pas l'amortissement des frais de recherche. Ce produit contient la même molécule au même dosage, se présente sous une forme pharmaceutique identique (gélule, comprimé, solution ou suppositoire) et possède exactement les mêmes propriétés que le produit d'origine. Le générique est également soumis aux mêmes circuits de contrôle et de validation avant et après la commercialisation.

41 personnes ont assisté à cette manifestation.

Les participants étaient en très grande majorité retraités (79 %), mais des professionnels étaient également présents (15 %).

Le choix du lieu et l'accueil ont été fortement appréciés.

Les personnes ont été informées de la tenue de cette conférence en grande majorité par les médias (presse et radio), puis par le CIAPA, Mutualité 64 et la CPAM.

93 % des participants souhaitent que ce type de réunion d'information soit renouvelé. Ils proposent ainsi quelques thèmes : le diabète, le sommeil, la bronchite, etc.

Cette manifestation s'est clôturée par un buffet, créé et servi par les élèves du lycée hôtelier de Morlaas, permettant ainsi des échanges intergénérationnels.

Bilan Journée départementale des personnes âgées Salies-de-Béarn, 18 octobre 2007

Horaires : matinée, 9h à midi

Actions proposées :

- ◆ Bilan alimentaire, logiciel NAQA et NAQAPA, réalisé par les animatrices prévention
- ◆ Dépistages visuels, réalisés par un opticien

Bilan :

- ◆ **Bilan alimentaire** : Très positif, environ 30 personnes ont participé au bilan nutritionnel.

* *Données générales* : Les personnes étaient âgées de 54 ans à 94 ans, avec une proportion de femmes beaucoup plus importantes que les hommes, dû de fait au thème. Le temps passé par questionnaire allait de 5 à 15 minutes en fonction des attentes de participants. En effet, certains participants souhaitaient plus d'informations et de conseils personnalisés. La documentation fournie par le service a été un bon complément des bilans. Plusieurs plaquettes ont été distribuées sur la nutrition adaptée aux personnes retraitées (par exemple "*Bien dans son assiette après 50 ans*", "*Alimentation et activité physique*" ou encore "*Le calcium*" ...). Les participants repartaient à la fin du bilan avec un kit comprenant un sac avec le bilan nutritionnel personnalisé, des conseils pour améliorer leur alimentation ainsi que des plaquettes d'information.



* *Intérêt des participants* : ils ont participé avec entrain à ce bilan. Certains, déjà venus l'an passé, ont souhaité comparer leur bilan, d'autres tentaient cette expérience pour la première fois. Nous avons été surpris par les bilans quasi-parfaits d'un certain nombre de personnes, dus au fait qu'ils étaient suivis par un médecin pour des problèmes de diabète ou de cholestérol et avaient donc un régime alimentaire particulier.

En conclusion, nous pouvons dire que cette animation a retenu l'intérêt des personnes âgées présentes à cette journée. Elles ont été nombreuses à nous solliciter. Nous avons constaté qu'elles sont en demande par rapport à ce thème et ne sont parfois pas au courant des vertus nutritionnelles de certains aliments indispensables à leur santé.

- ◆ **Dépistages visuels non médicaux** :



Ils ont été réalisés par un opticien de Mutualité 64 à l'aide d'un visiotest.

* *Données générales* : Le test durant une quinzaine de minutes, toutes les personnes demandeuses n'ont pas pu y participer. Une vingtaine de personnes a ainsi pu bénéficier d'un dépistage.

Quasiment tous les participants ont été détectés avec une perte visuelle et ceci en grande majorité pour une raison d'âge. Cependant, les dépistages ont été réalisés avec leurs lunettes de vue. Deux personnes ont été renvoyées vers un spécialiste afin de réajuster leur correction.

* *Intérêt des participants* : Les participants ont manifesté un intérêt réel pour le dépistage visuel. Celui-ci pourra être proposé de nouveau en 2008.

