

Favoriser le maintien à domicile

Le Schéma départemental en faveur des personnes âgées 2009-2014 a été adopté en juin, avec un budget d'un million d'euros pour les cinq années. Fil conducteur de la politique du Conseil Général, il retrace neuf orientations, dont une en faveur du maintien à domicile.

« Dans le département existent deux actions pour la prévention de la perte d'autonomie, indique Maud Levallois, chargée de mission à la sous-direction Autonomie Handicap Dépendance du Pôle Solidarité départementale. « Le dispositif "Activ'Santé 89", un programme d'activités physiques et sportives en deux volets (personnes de plus de 45 ans et personnes âgées en établissement) porté par la Direction départementale de la Jeunesse et des Sports de l'Yonne ⁽¹⁾, et le programme "Prévention Santé Seniors Bourgogne", destiné aux personnes de plus de 55 ans et coordonné par la Mutualité française Bourgogne. »

Issu du partenariat entre la Mutualité sociale agricole, la Mutualité française Bourgogne, la Caisse primaire d'assurance maladie, la Caisse régionale d'assurance maladie et le Conseil Général, le programme « Prévention Santé Seniors Bourgogne » a pour finalité de préserver la qualité de vie et l'autonomie des personnes en leur proposant un programme global articulé autour de quatre modules : mémoire, équilibre, alimentation et médicament (voir encadré). Une rencontre est prévue le 22 septembre au cinéma Casino dont le programme est « Prévention Santé Seniors Bourgogne ». 350 à 400 personnes participent chaque année (depuis sa création en 2007) à ces

modules trimestriels organisés en deux sessions février-mars et septembre-octobre. « Le nombre d'ateliers dépend de la demande, sachant que nous mettons en place un module à partir du moment où nous avons un groupe de dix participants (jusqu'à quatorze) », indique Christelle Bojens, chargée du programme dans l'Yonne. « En 2008 et en 2009 ont été organisés dans tout le département environ huit ateliers mémoire, deux à trois modules alimentation, une vingtaine d'ateliers équilibre et deux modules du médicament. » À noter : il reste quelques places pour l'atelier mémoire (« Pac Eurêka ») qui va débiter à Augy.

Mardi 22 septembre, les partenaires du programme convient le public à un débat théâtral « Bien vieillir chez soi », suivi d'une intervention du Dr El Ahl, médecin gériatre ⁽²⁾. L'occasion d'en savoir plus sur les problématiques abordées. Éliane Lebeau, de Grand Champ, a déjà suivi trois modules. « On appréhende toujours la vieillesse donc il est important



De gauche à droite : Anne-Laure Moser-Moulaa sous-directrice Autonomie-Handicap-Dépendance, Maud Levallois, chargée de mission au sein de la sous-Direction et Bernard Le Naour, directeur général adjoint en charge du Pôle Solidarité départemental du Conseil Général.

d'agir en prévention », souligne-t-elle. « Bien se nourrir par exemple aide à garder la santé. De même, apprendre à prendre ses médicaments permet d'éviter les intoxications médicamenteuses et les ruptures de traitement fatales. J'ai appris de nombreuses choses très utiles. »

Nathalie Hadrbolec

contact@nathaliehadrbolec.com

► **Contact informations et inscriptions :**
Mutualité française Bourgogne,
antenne Yonne
9, rue Dampierre, 89000 Auxerre
Tél. : 03 86 72 11 89

(1) Informations au 03 86 52 53 10
(Cédric Gauffrenet)

(2) À 14 h 30 au cinéma Casino à Auxerre.
Réservation gratuite par téléphone au
03 80 50 11 37

Les ateliers du programme « Prévention Santé Seniors Bourgogne » en détail

- Pac Eurêka : entretien de la mémoire. 15 séances collectives hebdomadaires de deux heures.
- Équilibre : exercices gymniques. 10 séances collectives hebdomadaires d'une heure + 2 séances de test individuel au début et à la fin.
- Alimentation : adapter les comportements alimentaires à l'âge. 10 séances collectives hebdomadaires de deux heures.
- Le bon usage du médicament : mieux gérer la prise médicamenteuse. 7 séances collectives hebdomadaires de deux heures.

Coût : 20 € pour la totalité d'un module (certaines mutuelles prennent la moitié en charge).

Intervention possible au sein des EHPAD.