



CROQ'ÂGE

Chaque année, l'espérance de vie s'accroît. C'est une chance mais également un défi. Vieillir oui, mais surtout bien vieillir.

La région Hauts-de-France est une région jeune mais soumise au même processus de vieillissement que l'ensemble du territoire national. En effet, en 2016, les personnes âgées de 60 ans et plus, en région, représentaient 22,8% de la population (source INSEE). Les jeunes séniors, entre 65 et 74 ans, sont majoritairement autonomes.

L'enjeu est donc de prévenir la perte d'autonomie au sein de cette population pour qu'elle puisse rester autonome le plus longtemps possible.

OBJECTIFS

- Prévenir les risques de dénutrition chez les personnes âgées vivant en résidence autonomie pour contribuer au maintien de l'autonomie.

DÉROULEMENT

Ce programme se déroule sur deux années :

- Année 1 :

- réalisation d'un diagnostic au sein de la résidence relatif aux problématiques et déterminants liés à la dénutrition ;
- cycle d'ateliers pour les résidents : atelier équilibre alimentaire (régime, importance des protéines, ...), atelier cuisine (par exemple : enrichissement protéique naturel), atelier activités physiques adaptées, atelier « prendre soin de sa bouche », dépistage dentaire permettant de savoir si la bouche est en bon état pour éviter la dénutrition, sensibilisation à l'usage des médicaments et à leurs possibles méfaits.

- Année 2 :

- soutien méthodologique sur la constitution d'un projet d'établissement pour lutter contre la dénutrition.



FORMAT

Ateliers collectifs



PUBLIC

Personnes âgées
de la résidence autonomie



PARTENAIRES

Conférence des financeurs



INTERVENANTS

Mutualité Française HDF
Diététicien
Pharmacien
Unions Territoriales de la Mutualité
Française / SSAM
(dentaire,...)