

Les Ateliers du Bien Vieillir



Programme d'éducation à la santé pour les seniors.
Pour encourager les comportements favorisant le bien vieillir.

LA PRÉVENTION, NOTRE ATOUT MAJEUR

Les Ateliers du Bien Vieillir

se déroulent en 7 sessions de 3 heures chacune pour des groupes de 10 à 15 personnes.

7 sessions
de 3h

Les thèmes abordés sont :

- ▶ Le Bien Vieillir
- ▶ L'alimentation
- ▶ Les organes des sens
- ▶ Le sommeil
- ▶ Le risque osseux
- ▶ Les alternatives aux médicaments
- ▶ L'hygiène bucco-dentaire

Notre valeur ajoutée

- ▶ Notre programme est validé scientifiquement.
- ▶ C'est l'unique programme d'éducation à la santé de ce type, en France.
- ▶ Il mobilise plus de 600 animateurs formés.
- ▶ Il est ouvert à toutes les populations seniors des zones rurales.
- ▶ Il contribue à renforcer le lien social.

Notre savoir-faire

- ▶ Nous déployons notre programme dans tous les territoires ruraux.
- ▶ Nous proposons un programme clé en main, avec des animateurs formés et un kit d'animation spécifique.
- ▶ C'est un programme d'éducation à la santé efficace.



Nos résultats

- ▶ Plus de 20 000 seniors ont déjà participé aux Ateliers du Bien Vieillir.
- ▶ Les participants aux Ateliers du Bien Vieillir modifient entre 5 et 15 de leurs comportements.
- ▶ Ce programme encourage les seniors à suivre d'autres actions de prévention (ateliers équilibre, ateliers mémoire...).

Votre contact MSA