

FORMATIONS CONTINUES POSTGRADES

h e d s HES FR Hes-50 VALAIS HESAV

DAS – Santé des populations vieillissantes

Programme d'action cantonal valaisan « Promotion de la santé des seniors »
Cathy Berthouzoz, coordinatrice plateforme 60+, Promotion Santé Valais
17 janvier 2017

Promotion santé Valais
Gesundheitsförderung Wallis
PLATEFORME 60+
PLATEFORME 60+

« Et toi, quand tu seras grand, tu pourras être comme moi ? »
« Oui, mais tu seras plus vieux que moi. »

La Source, Institut et Haute Ecole de la Santé

Hes-50

Plan du cours

- Objectif
- Cadre cantonal
- Domaines prioritaires (brainstorming)
- Contraintes nationales
- Mesures prioritaires (exercice en groupe)
- PAC VS « Promotion de la santé des seniors »
- Conclusion

La Source, Institut et Haute Ecole de la Santé

PAC VS PROMOTION DE LA SANTE DES SENIORS 2

Objectif

- Connaître la genèse d'un programme d'action cantonal de promotion de la santé

« C'EST ÊTRE JEUNE DEPUIS PLUS LONGTEMPS QUE LES AUTRES »
« C'EST TOUT »

La Source, Institut et Haute Ecole de la Santé

PAC VS PROMOTION DE LA SANTE DES SENIORS 3

Cadre cantonal – Promotion Santé Valais

- Association avec comme but d'améliorer la santé de l'ensemble de la population valaisanne

Domaine promotion de la santé

Autres domaines

La Source, Institut et Haute Ecole de la Santé

PAC VS PROMOTION DE LA SANTE DES SENIORS 4

Cadre cantonal – Contexte démographique

“ON NE PEUT S'EMPÊCHER DE VIEILLIR, MAIS ON PEUT S'EMPÊCHER DE DEVENIR VIEUX.”
HENRI MATISSE

Pyramide des âges, Valais, comparaison 1900-2025.
Source OFS, OVS

La Source, Institut et Haute Ecole de la Santé

PAC VS PROMOTION DE LA SANTE DES SENIORS 5

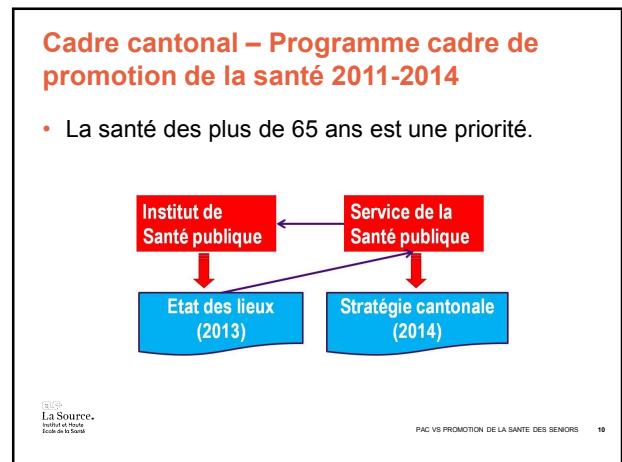
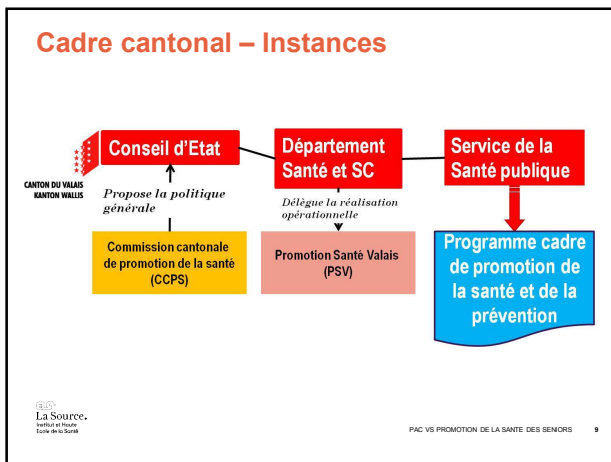
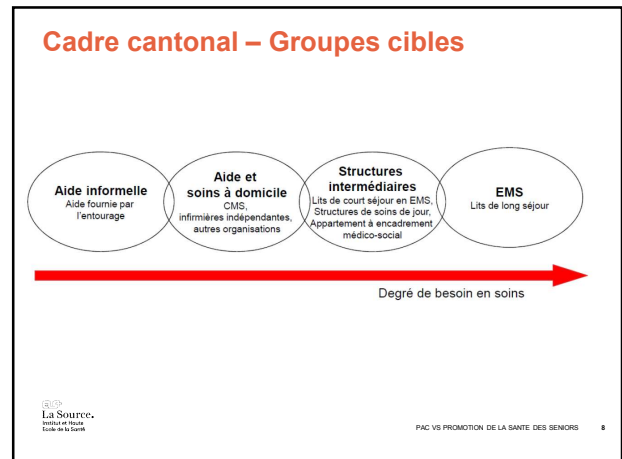
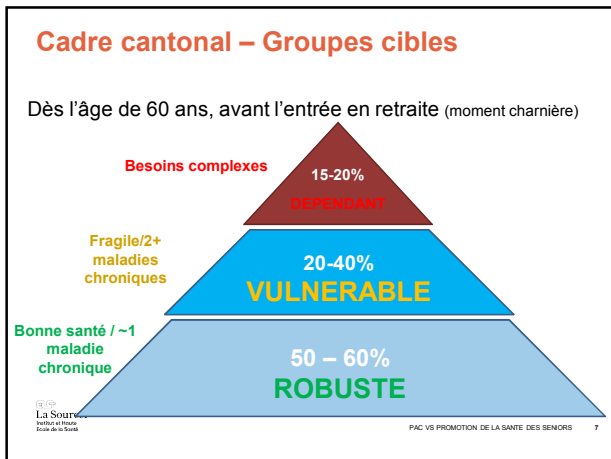
Cadre cantonal – Etat sanitaire

Période 1999 - 2012

Nombre de suicides par classes d'âge. Source : Police cantonale valaisanne

La Source, Institut et Haute Ecole de la Santé

PAC VS PROMOTION DE LA SANTE DES SENIORS 6



- ### Cadre cantonal – Stratégie cantonale
- Objectifs stratégiques
 - Vieillir en bonne santé et maintenir la qualité de vie future des 60+, favoriser leur autonomie et indépendance
 - Maintenir le lien social et favoriser l'intégration dans la vie sociale des 60+
 - Soutenir et développer des mesures de promotion de la santé équitables et accessibles sur tout le territoire cantonal
 - Prévenir la maltraitance envers les aîné-e-s et favoriser les bonnes pratiques
 - Coordonner et mettre en réseau les acteurs
- La Source, Institut de Haute Ecole de la Santé
PAC VS PROMOTION DE LA SANTE DES SENIORS 11

- ### Cadre cantonal – Stratégie cantonale
- Domaines prioritaires (brainstorming)
 - Informier/Orienter/Former
 - Bouger/Manger/Prévenir les chutes
 - Prévenir la maltraitance
 - Socialiser
 - Prévenir les addictions
- La Source, Institut de Haute Ecole de la Santé
PAC VS PROMOTION DE LA SANTE DES SENIORS 12

Cadre cantonal – Programme cadre 2015-2018

- Axe d'intervention «Qualité de vie des personnes de 60 ans et plus» : développer un programme cantonal et une mise en réseau des prestations de promotion de la santé auprès des 60 ans et plus.

Cadre cantonal – Plateforme 60+



Cadre cantonal – Coordination 60+

- élaboration et pilotage du programme cantonal de promotion de la santé 60+ afin de garantir des prestations de base sur l'ensemble du territoire cantonal;
- coordination et suivi du programme et des projets de promotion de la santé des 60+, ceci en étroite collaboration avec tous les partenaires concernés, publics ou privés, tels que Pro Senectute et les centres médico-sociaux ;

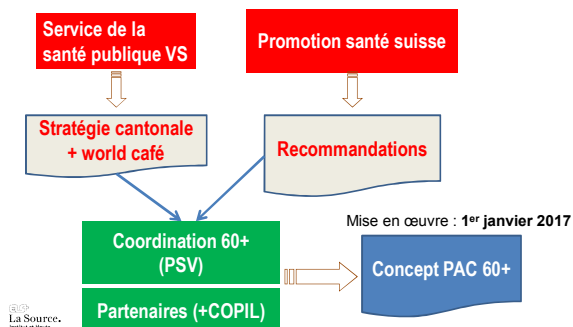
Cadre cantonal – Coordination 60+

- incitation des acteurs et des communes à la mise en place de mesures du programme ;
- soutien à la mise en oeuvre des projets concernant les mesures du programme cantonal ;
- mise sur pied d'une évaluation du programme

Cadre cantonal – Coordination 60+

- mise en place du réseau des acteurs cantonaux ;
- renforcement des synergies entre les acteurs du domaine ;
- information à la population par le biais des médias
- réponse aux demandes des différents partenaires
- organe consultatif pour le Comité de gestion du fonds cantonal et pour la Commission cantonale de promotion de la santé.

Cadre cantonal – Programme d'action cantonal



Contraintes nationales – Impact

- Avec une bonne santé physique et psychique, les personnes âgées peuvent rester autonomes le plus longtemps possible et ont une qualité de vie favorable à la santé.
- Les maladies psychiques sont en recul.
- Les différences au niveau de la santé et liées à l'origine socioéconomique sont réduites (égalité des chances).
- L'admission précoce en maison de retraite est évitée.
- L'augmentation prévue du coût des soins et des frais médicaux recule.

Contraintes nationales – Méthodes

- 8 principes fondamentaux :
 - Priorités et principes clés de la promotion de la santé (salutogénèse, égalité des chances, autonomisation, approche setting et participation)
 - Mise en réseau et échange (acteurs existants, interdisciplinarité, conférence et formations continues)
 - Approche par phase de vie (groupes cibles prioritaires)
 - Structure (4 niveaux : interventions, policy, mise en réseau et information au public)
 - Critères de qualité (quint-essenz)
 - Durabilité (pérennité)
 - Finances (participation du Canton à hauteur de 50% minimum)
 - Orientation sur l'impact (continuellement évalué)

Contraintes nationales – Catégories d'objectifs

- Environnement matériel
- Environnement social
- Ressources personnelles, comportement



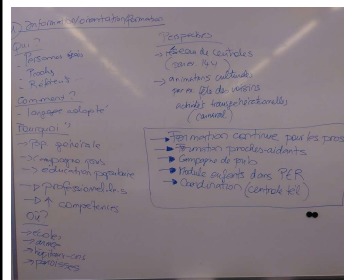
Contraintes nationales – Types de mesures

- Interventions
- Policy
- Mise en réseau
- Information au public

Mesures prioritaires – travail de groupe

- Travail de réflexion en groupe (30') :
 - Former 5 groupes
 - Déterminer les mesures prioritaires que vous aimeriez mettre en place dans le cadre du PAC dans chacun des domaines prioritaires :
 1. Information/orientation/formation
 2. Alimentation/Activité physique/Prévention des chutes
 3. Bien-être psychique
 4. Lien social
 5. Prévention des dépendances

Mesures prioritaires – mise en commun - Information/orientation/formation



Dans le PAC VS :

1. Promotion des offres pour seniors
2. Cours de préparation à la retraite
3. Formation continue « Promotion de la santé de la personne âgée »
4. Journées thématiques interdisciplinaires
5. Coordonner et renforcer les offres pour proches aidant-e-s
6. Visites préventives à domicile, pour ainé-e-s et proches aidant-e-s

Mesures prioritaires – mise en commun - Alimentation/Activité physique/Prévention des chutes

2) Alimentation / Activité physique / Prévention des chutes

- Affiche fruits - légumes
- Cours de cuisine spécial seniors et manger ensemble (Achiyo/Amis)
- Aide courses + frigo (B7/P7)
- Tables d'hôte "un dîner presque parfait"
- Prévention hygiène bucco-dentaire
- JO Seniors (21 jours)
- FisteUser adaptées / ougins "baby-boomers", ping-pong
- Préférer les personnes à risque prévention de chutes
- Plateforme réunissant toutes les propositions

Dans le PAC VS :

1. Activité physique ESA pour tous
2. Tables pour seniors
3. Intervention précoce envers la dénutrition
4. Prévention des chutes

Mesures prioritaires – mise en commun - Bien-être psychique

B) Bien-être psychique

- mindfulness → A. résilience
- bienveillance / qualité de vie
- lutter contre la stigmatisation
- Appartenance dans la commune
- 124 ateliers des personnes âgées
- PDC - Usages numériques (tablettes / GPS)
- 1 atelier de la thérapie
- + lutter contre l'oppression
- principes valeurs compétences (valorisées)
- + promouvoir prend de vie
- + mobiliser le réseau
- + valoriser les proches aidants
- lutter contre l'isolement (par accompagnement + ateliers psycho-éducatifs)
- prévention du risque suicidaire (qualité de vie + formation des proches)
- sensibiliser personnes âgées + proches

Dans le PAC VS :

1. Promotion du bien-être psychique des personnes âgées

Mesures prioritaires – mise en commun – Préserver le lien social

4) Lien social

- in "réseaux" pour faire proches (communs)
- offrir de proximité (niveau d'actions) (sans tout être et auxiliaires de vie)
- maisons d'adultes, maisons des associations (personnes âgées, maisons de "parents" handicapés, solidaires)
- animations socio-culturelles
- lieux de rencontre (parcs à thématique et "mobilités urbaines adaptées" transgénérationnel)
- enrichissements thématiques
- service de location de chiens à des enfants + s
- collaboration entre seniors
- tables d'hôte (resto/visites)
- tissage intergénérationnel

Dans le PAC VS :

1. Maintien du lien social par des activités collectives

Mesures prioritaires – mise en commun - Prévention des dépendances

5) Dépendances

- 111, produits, pros
- alcoolisme + autres dépendances
- polymédication
- condole qualité (ETIS / VD)
- 111 + médication + infirmière chef
- dossier unique (dossier médical et)
- bistrot du cœur avec groupes de parole
- réseau solidaire + visites à domicile
- formation des professionnels
- Journées thématiques

Dans le PAC VS :

1. Renforcer les entretiens de polymédication
2. Campagne contre l'abus de substances

Mesures prioritaires – mise en commun – Mesures transversales

- Coordination 60+
- Politique communale
- Label Commune en santé 60+

PAC – Objectifs cantonaux

Objectif national	Objectifs du programme cantonal
B1/B4/D1/D3	Les communes offrent un cadre de vie favorable à la santé physique (alimentation, activité) et psychique des seniors.
B3/D2	Les seniors et leurs proches ont facilement accès aux offres de conseil/soutien relatives à la santé physique (alimentation, activité) et psychique des seniors.
B5/D4	Les principales personnes de référence connaissent et appliquent des mesures efficaces qui leur donnent les moyens de renforcer la santé physique (alimentation, activité) et psychique des seniors.
B6/D5	Les seniors connaissent et appliquent des mesures efficaces de promotion de la santé physique (alimentation, activité, prévention des chutes) et psychique.
B6	Les seniors connaissent les risques de chutes liés à la polymédication.
D4	Les proches aidant-e-s connaissent et appliquent des mesures efficaces pour prendre soin de leur santé.

Environnement matériel – Communes

- Les communes offrent un cadre de vie favorable à la santé physique (alimentation, activité) et psychique des seniors.
 - Politique communale
 - Label Commune en santé 65+

Environnement matériel – Facilité d'accès aux offres

- Les seniors et leurs proches ont facilement accès aux offres de conseil/soutien relatives à la santé physique (alimentation, activité) et psychique des seniors.
 - Promotion des offres pour seniors
 - Visites préventives à domicile, pour aîné-e-s et proches aidant-e-s
 - Coordination 60+

Environnement social – Professionnel.le.s

- Les principales personnes de référence sont sensibilisées par des mesures efficaces qui leur donnent les moyens de renforcer la santé physique (alimentation, activité) et psychique des seniors.
 - Formation Continue Promotion de la santé des seniors
 - Journées thématiques interdisciplinaires
 - Intervention précoce envers la dénutrition
 - Promotion du bien-être psychique des seniors

Environnement personnel – ressources personnelles

- Les seniors connaissent et appliquent des mesures efficaces de promotion de la santé physique et psychique.
 - Activité physique ESA pour tous
 - Prévention des chutes
 - Tables pour seniors
 - Maintien du lien social via des activités collectives
 - Cours de préparation à la retraite
 - Campagne abus de substances

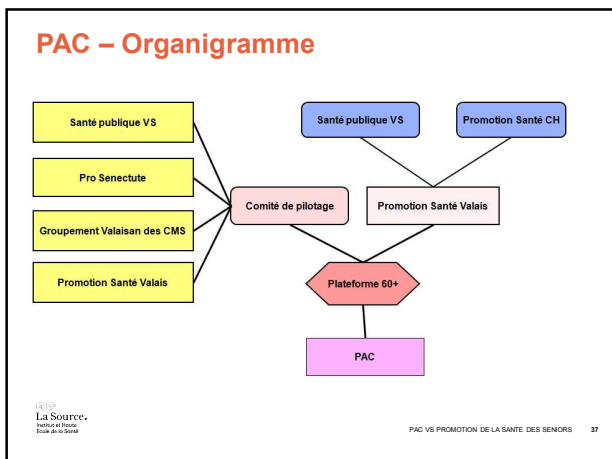
Environnement personnel – ressources personnelles

- Les seniors connaissent les risques de chutes liées à la polymédication
 - Renforcer les entretiens de polymédication
- Les proches aidant.e.s connaissent et appliquent des mesures efficaces pour prendre soin de leur santé
 - Coordonner et renforcer les offres pour proches aidant-e-s

PAC – Vision

- Les seniors valaisan-ne-s vivent en bonne santé physique et psychique, grâce à une alimentation équilibrée, de l'activité physique en suffisance et des interactions sociales épanouissantes; ils et elles vivent autonomes et indépendant-e-s le plus longtemps possible.

“J'AI DÉCIDÉ D'ÊTRE HEUREUX PARCE
QUE C'EST BON POUR LA SANTÉ.”
VOLTAIRE



- ### PAC – Partenaires principaux
- Alter ego : promotion du bien-être psychique
 - Fondation Senso 5 : intervention précoce en dénutrition
 - Groupement valaisan des CMS : visites préventives à domicile
 - Pro Senectute : activité physique, tables, activités collectives et prévention des chutes
- La Source, Institut de Haute Ecole de la Santé
- PAC VS PROMOTION DE LA SANTE DES SENIORS 38

- ### PAC – Autres partenaires
- Addiction-Valais
 - Alzheimer VS
 - Association des proches aidants VS
 - Bénévolat VS
 - Commune en santé
 - Croix-Rouge VS
 - Service de l'intégration
 - Fédération Valaisanne des communes
 - GeroFo
 - HES-SO Valais
 - Pharmavalais
 - Prendsaplace
 - Société médicale du Valais
- La Source, Institut de Haute Ecole de la Santé
- PAC VS PROMOTION DE LA SANTE DES SENIORS 39

- ### PAC – Projets pilotes et évaluation
- la boîte à outils Senso5
 - l'extension du label Commune en santé aux 65+
 - les visites préventives à domicile, pour aîné-e-s et proches aidant-e-s
-
- La Source, Institut de Haute Ecole de la Santé
- PAC VS PROMOTION DE LA SANTE DES SENIORS 40

- ### PAC – Financement
- 50% : Promotion Santé Suisse
 - 50% : Canton du Valais :
 - Département de la santé
 - Promotion Santé Valais
 - Les CMS
 - Pro Senectute
 - Autres donateurs
-
- La Source, Institut de Haute Ecole de la Santé
- PAC VS PROMOTION DE LA SANTE DES SENIORS 41

PAC- Etapes

1	Planification détaillée et budget	Novembre 2016-2017-2018-2019
2	Début du PAC	1 ^{er} janvier 2017
3	Rapports d'activités annuels	Janvier 2018-2019-2020
4	Fin du PAC	31 décembre 2020
5	Rapport quadriennal final	Mars 2021

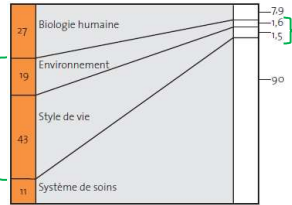
La Source, Institut de Haute Ecole de la Santé

PAC VS PROMOTION DE LA SANTE DES SENIORS 42

Conclusion

- Processus lent de l'analyse des besoins (2010) à la réalisation (2017)
- La promotion de la santé fait beaucoup avec peu

Contribution potentielle à la réduction de la mortalité (en pourcentage)



Affectation actuelle (1976) des dépenses de santé aux Etats-Unis (en pourcentage)

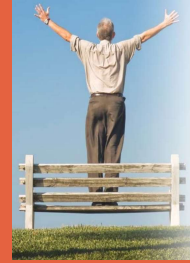


La Source.
Institut et Haute
Ecole de la Santé

Tiré de Dever D.G.A "An Epidemiological model for Health Policy Analysis", Soc. Ind. Res. 1976

PAC VS PROMOTION DE LA SANTE DES SENIORS 43

Merci de votre attention.



Liens, illustrations

- <http://www.ecolosoignies.be/site/spip.php?article116>
- <http://www.bouzyenchampagne.com/aines.php?page=bouzy>
- <http://www.actu-environnement.com/ae/news/inegalites-sociales-environnement-comportements-13808.php4>
- <http://www.brunet.ca/fr/conseils/l-alimentation-chez-la-personne-agee.html>

La Source.
Institut et Haute
Ecole de la Santé

NOM DU DOCUMENT - COURS - ETC 46