Colloque

Plan Antichute des Personnes Âgées en Provence-Alpes-Côte d'Azur

Jeudi 21 novembre 2024 IFSI La Blancarde Marseille



Colloque organisé par le CRES Provence-Alpes-Côte d'Azur, en partenariat avec le Gérontopôle Sud et avec le soutien financier de l'Agence Régionale de Santé Provence-Alpes-Côte d'Azur







4S: un parcours de marche urbains pour les seniors

Pr Christian Pradier

Département de santé Publique

Université Côte d'Azur, UR2CA

CHU de Nice

Les données probantes

- L'intérêt de l'activité physique et de la marche est scientifiquement démontré
- Répercussions sociales directes de la marche :
 - facilite les relations sociales
 - favorise la fréquentation des services
- Nécessité d'aménager l'environnement urbain





t-Roch port anté eniors

Un parcours de marche de 2km à destination des Seniors

pour redécouvrir le quartier Saint-Roch

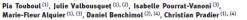
Renseignements 04 97 13 28 31

4S: Consultation citoyenne (focus groups)

Identifier obstacles à la sortie et à la marche et solutions pour les surmonter	
Obstacles liés à l'environnement	Propositions pour les surmonter
Trop de circulation	Choisir des lieux calmes
Stationnement gênant sur les trottoirs	Empêcher le stationnement sur les trottoirs
Environnement peu favorable à la marche, trop bétonné, trop de montées	Verdure, bancs, aires de repos, soleil/ombre, éclairage, longueur adaptable, éviter montées et escaliers, liens quartiers extérieurs
Problèmes de trottoirs: trous, bords élevés, étroits, déjections canines	Aplanir, élargir, réparer trous, éduquer propriétaires de chiens, baliser les trottoirs, sécuriser, ajouter pistes cyclables balisées
Identifier les propositions pour encourager l'utilisation du parcours dans la durée	
Obstacles liés à l' individu	Propositions pour les surmonter
Solitude et isolement : peu stimulant, difficile de nouer des contacts, risqué «Parce que marcher, c'est bien, mais marcher tout seul, c'est»	Permettre des rencontres par des cours collectifs (jardins ou en salle) Éviter les rues isolées
Problèmes de santé personnels ou conjoint (douleurs, fatigue, problèmes de motricité ou d'équilibre, essoufflement). Très mal vécu.	Accompagnement/coaching personnalisé « C'est terrible comme punition ! La volonté ne manque pas, mais le corps ne suit plus! »
Pas de but précis à la promenade	Animations diverses : Marché, commerces, circuit culturel, jardins, terrains sportifs, spectacles de rue

Comment adapter l'environnement pour favoriser la marche des seniors ? Une étude qualitative

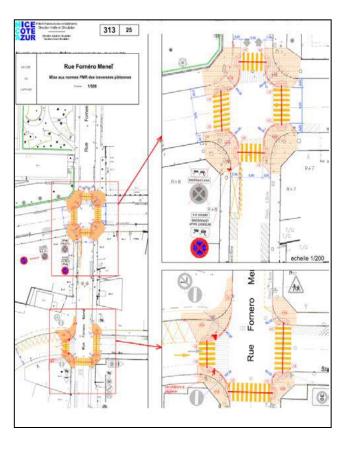
How to adapt an environment encouraging elderly to walk? A qualitative study







4S: Etude aménagement du parcours par NCA







Mars 2011

Février 2012



4S: Aménagement du parcours par NCA





Mars 2011 Janvier 2012



4S: Aménagement du parcours par NCA





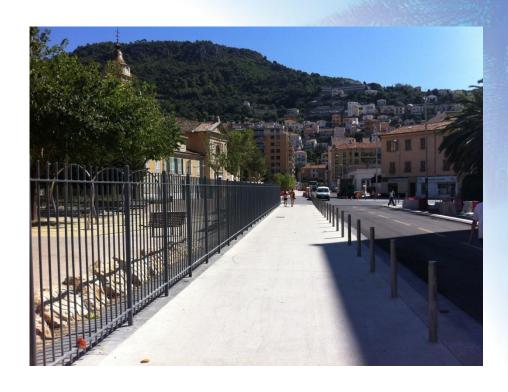
Septembre 2010

Février 2012



4S: Etude aménagement du parcours par NCA





Mars 2011

Septembre 2011



4S: Aménagement du parcours par NCA



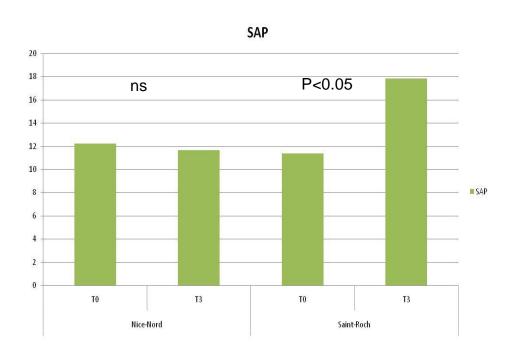


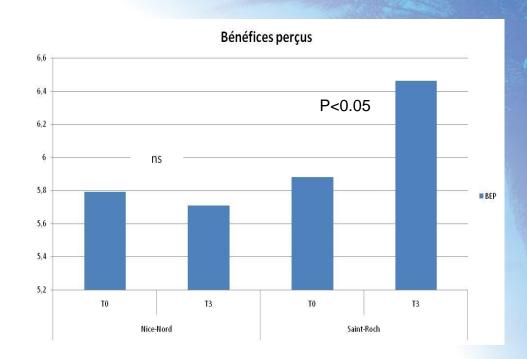
Mars 2011

Septembre 2011



4S: Impact des aménagements et du coaching





« C'est sûr, maintenant c'est plus agréable, on peut marcher en toute sécurité, on a de la place sur le trottoir... Avec, mon amie, on peut aller faire nos courses tranquillement en marchant, faire un détour sur la place du marché, pour se poser un petit moment..., comme elle a été rénovée,

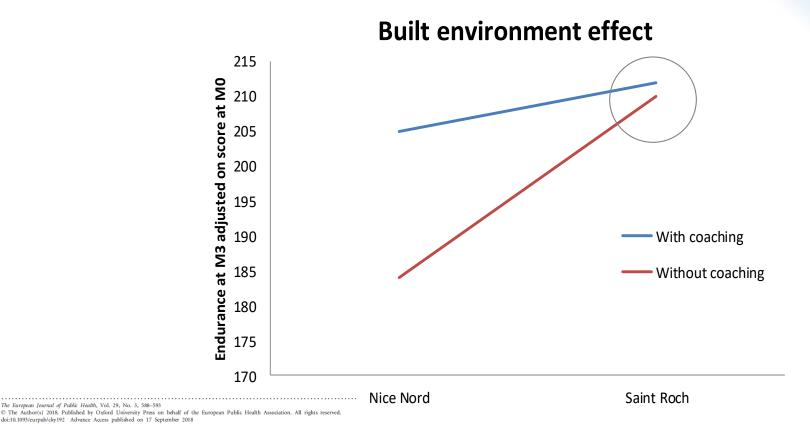
elle est agréable ».

The European Journal of Public Health, Vol. 29, No. 3, 588–593
© The Author(s) 2018, Published by Oxford University Press on behalf of the European Public Health Association. All rights reserved.
doi:10.1093/europic/clv192. Advance Access outblished on 17 September 2018

Impact of improved urban environment and coaching on physical condition and quality of life in elderly women: a controlled study



4S: Impact des aménagements et du coaching



Impact of improved urban environment and coaching on physical condition and quality of life in elderly women: a controlled study



The European Journal of Public Health, Vol. 29, No. 3, 588-593

que. - Il citait en exemple la

relance du chantier plombé

de Pasteur II : le lancement

du cyclo-synchrotron (avec le soutien financier du con-

seil général) au centre Antoine-Lacassagne; le déve-

loppement du réseau de dé-

fibrillateurs qui fait de Nice la ville la mieux équipée de

France; l'ouverture de 1000

places de crêches; le sau-

vetage du pole mère - enfant à Lenval, etc.

La prochaine convention,

prévue courant janvier, sera

organisée sur le thème de

GUILLAUME BERTOLING

guibertolino@nicematin.Fr

(filessivants, riservés notammentà la cultura

aux transports, au diveloppement durable...

jalomerontlocampagnejuscy 'au mois de févie

Mok où le cardidat Esposi deurat présenter la

(2) Il s'assissait de losson Borello, président de

comité de quartier : Danièle Dessens, anis écra

du conseil d'administration de la CAF 06 ; Deni

Taccini, directe unde l'association des paralycés

de Flance 06., Francine Devichi, aldante et di

totalità de son projet pour Nice.

P.Olvier Gulde, glélatre.

la culture.

Christian Estrosi dévoile le volet santé de son projet

Convention Comme il s'y était engagé devant les Niçois le 17 novembre dernier, le maire sortant a présenté, hier au Mamac, ses quinze propositions en matière de santé et de solidarité

La convention de la (the . C'est ainst que Christian Estrosi a renommé la première des cinq conventions (1) qui était consacrée, hier soir, à la santé. aux seniors, à la solidarité et au handicap. Urt rendezvous que Christian Estrosi avait fixé lors de son premier meeting de campagne, le 17 novembre dernier à Acropolis. Il avait alors ouvert la boîte à idées à toutes et tous. Et en particulier à quelques « témoins » de la société civile invités (2) à pointer les progrès réalisés ces six dernières années. Mais aussi les efforts qu'il reste à fournir en la matière. Hier, sur la scène de l'amphithéatre du Mamac, la « convention de la vie » a donc permis de faire la synthèse de ce travail. Il en résulte quinze propositions qui feront partie, au mois de février prochain, du projet définitif de Christian Estrosi. Une présentation qui s'adressait à tous, grâce à en langage des signes au sein de l'association Armils.

Faire face à Alzheimer

ailleurs) parmi lesquels le maladie », expliquait Chris- ladie. »



Hier dans l'amphithéâtre du Mamac, Christian Estrosi a levé le voile sur ses 15 mesures phares en matière de santé et de solidarité, pour les seniors et les personnes handicapées.

Claude-Pompidou comme çois. lieu de recherche et d'accueil. Je ceux aussi créer trois mai-

Célia et Nathalie, interprêtes trois phases s'appuie tout de Maioun dou paigran. La d'abord sur la fondation maison du grand-père en Ni-

Promesses tenues

sons de répit. Des haites où Rappelant l'ensemble des Quinze projets (lire par les malades et leurs aidants réalisations touchant à la pourraient être accueillis en santé, à la solidarité envers plan Alzheimer fait office de journée. L'objectif étant qu'en les personnes âgées, à l'acpriorité absolue, « Parce que 2020, je veux une situation compagnement des personnous avons tous un parent, où plus aucune famille ni- nes handicapées, Christian un proche ou une connais- coise ne se trouve sans solu- Estrosi a souligné que « tousance qui est touché par là tion ou soutien face à la ma-tes les promesses prises avaient été tenues. C'est une tian Estrosi. « Ce plan en Ce réseau prendra le nom règle fondamentale en politi-

Les autres propositions

- 1) Ouverture d'un guichet unique depuis la petite enfance jusqu'aux seniors : pour
- la santé, la précarité et le handicap.
- 2) Aller plus Join dans l'accessibilité. 3) Une ville intelligente au service de l'acq
- sibilité grâce aux nouvelles technologie
- 4) Des lieux de laisirs paur les seniors. 5) Zéro enfant sans solution de garde.
- 6) Mise en place d'un réseau de voisins bienveillants. Pour gagner en lien social. 7) Ouvrir un foyer pour les femmes victimes de violences.

8) Créer un foyer pour les femmes seules

- evelopper un restaurant son en faveur des familles avec enfants. 10) Créer une académie du bénévolat. Avec des formateurs, des outils.
- 11) Bâtir un Ehpad nouvelle génération. 12) Développer un parcours santé senior
- dans chaque quartier. 3 Duvrir une école niçoise des s 14) no tire en place un chéc tamment pour les soins bucco-dentaires.



Conclusion

- Un parcours de marche urbain unique en France
- Des aménagements urbains appréciés par la population
- Des effets significatifs sur les capacités physiques des seniors
- L'importance de poursuivre les actions entreprises en direction des seniors :
 - Adaptation du parcours (entretien logos, bancs, végétaux…)
 - Accompagnement collectif
 - Travail sur le lien social (animations, seniors leaders...)





www.epsp06.fr