

Via – Bonnes pratiques de promotion de la santé des personnes âgées

Andy Biedermann
Centre de coordination Via



Thèmes / déroulement

- **Données clés du projet**
- Objectifs et groupes cibles
- Concept et stratégie
- Mise en réseau
- Mise en œuvre
- Utilité
- Etat du projet et défis

Projet – historique

- **Initiateurs du projet:** Organismes de programmes concrets de mesures de promotion de la santé chez les personnes âgées: canton de Berne, ville de Zurich
- Que faire? Quels thèmes de la promotion de la santé chez les personnes âgées?
 - **Rapport de synthèse 2009**
- Que faire? Comment les thèmes/offres doivent-ils être mis en œuvre?
 - input scientifique: **études de bonnes pratiques**
 - input pratique: **outils et soutien**



De la pratique – pour la pratique

Données clés sur Via

Partenaires du projet / contributeurs

10 cantons: AR, BE, GR, NW, SG, SH, TG, UR, VD et ZG.
Promotion Santé Suisse

Réseau

>700 spécialistes et représentants de près de 200 ONG et organisations spécialisées nationales et régionales/cantoniales

Budget: CHF 700 000/ans env.



Thèmes / déroulement

- Données clés du projet
- **Objectifs et groupes cibles**
- Concept et stratégie
- Mise en réseau
- Mise en œuvre
- Utilité
- Etat du projet et défis

Vision et objectifs

Renforcer l'autonomie

- Promouvoir la santé globale
- Préserver le réseau social
- Améliorer la qualité de vie

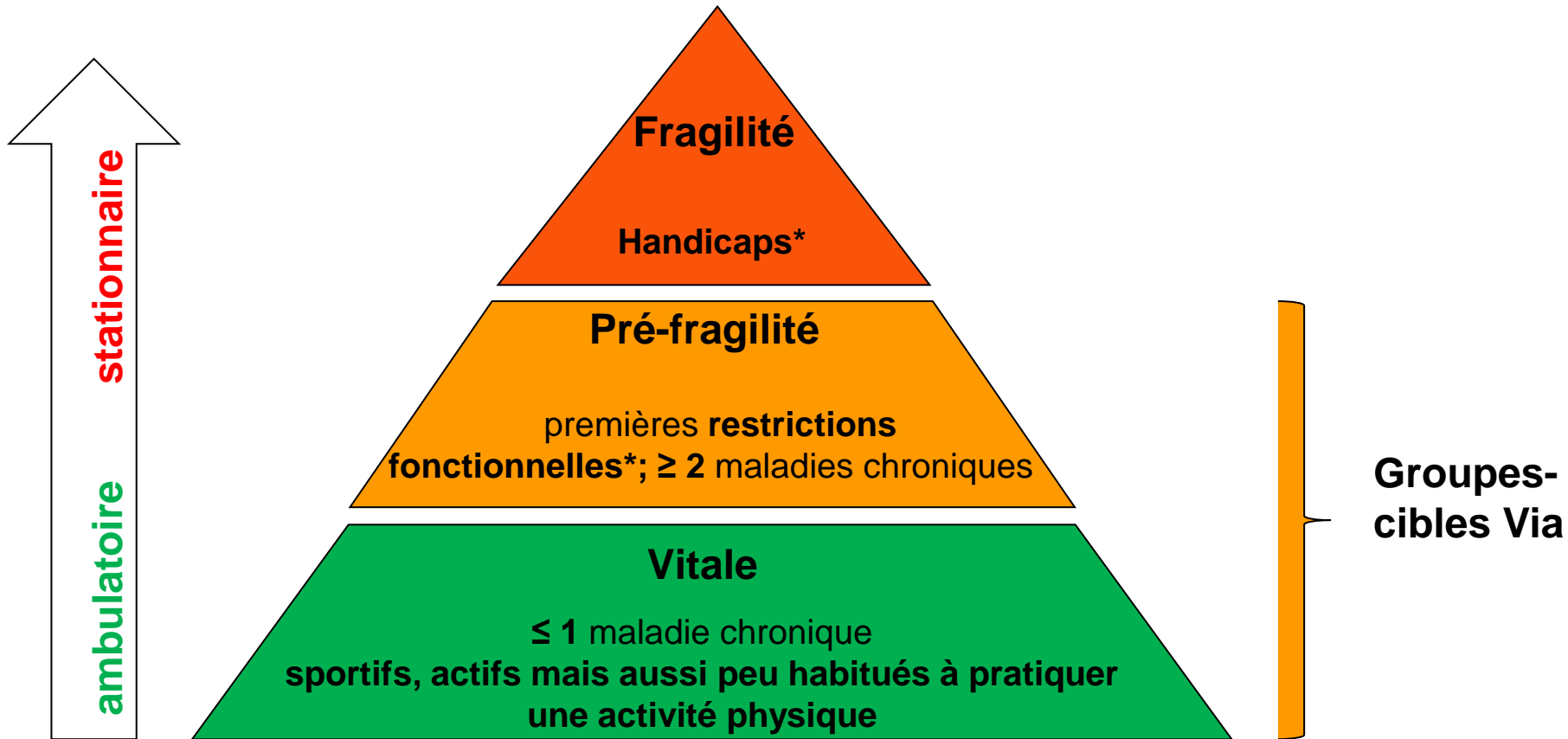
Réduire le degré de dépendance

Retarder les entrées en EMS

- Réduire les coûts de la maladie, des soins et des infrastructures



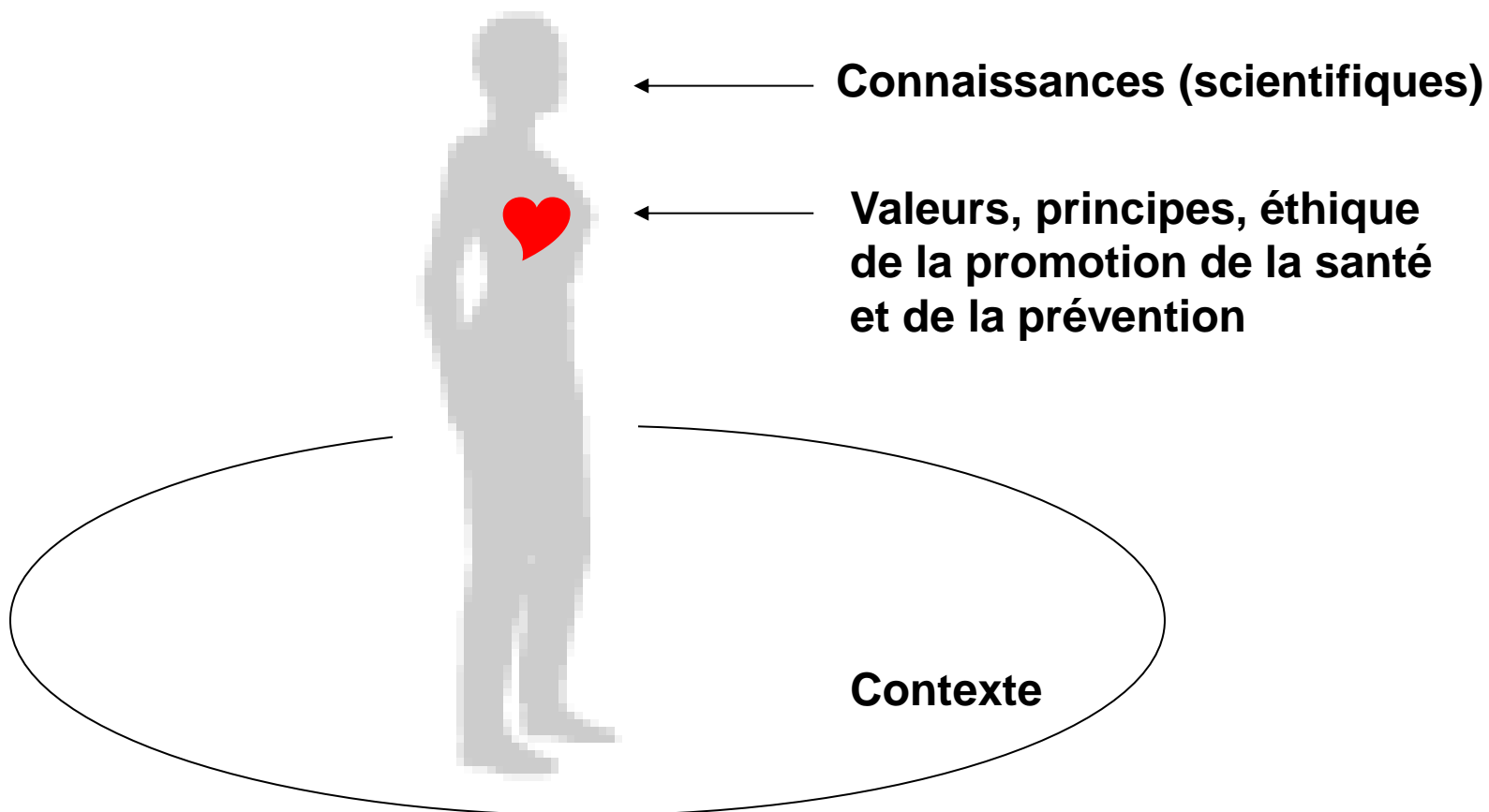
Groupe cible des personnes âgées



Thèmes / déroulement

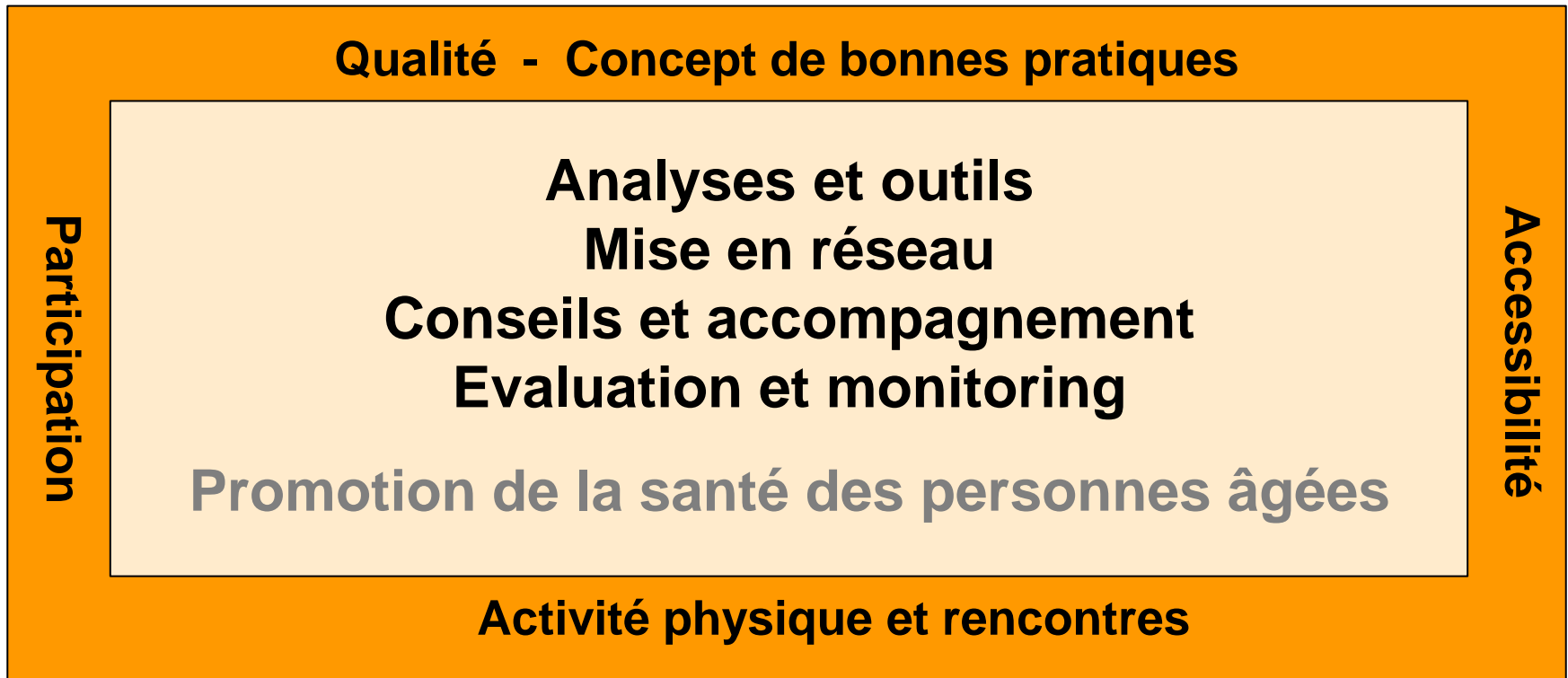
- Données clés du projet
- Objectifs et groupes cibles
- **Concept et stratégie**
- Mise en réseau
- Mise en œuvre
- Utilité
- Etat du projet et défis

Pourquoi de "bonnes pratiques"?

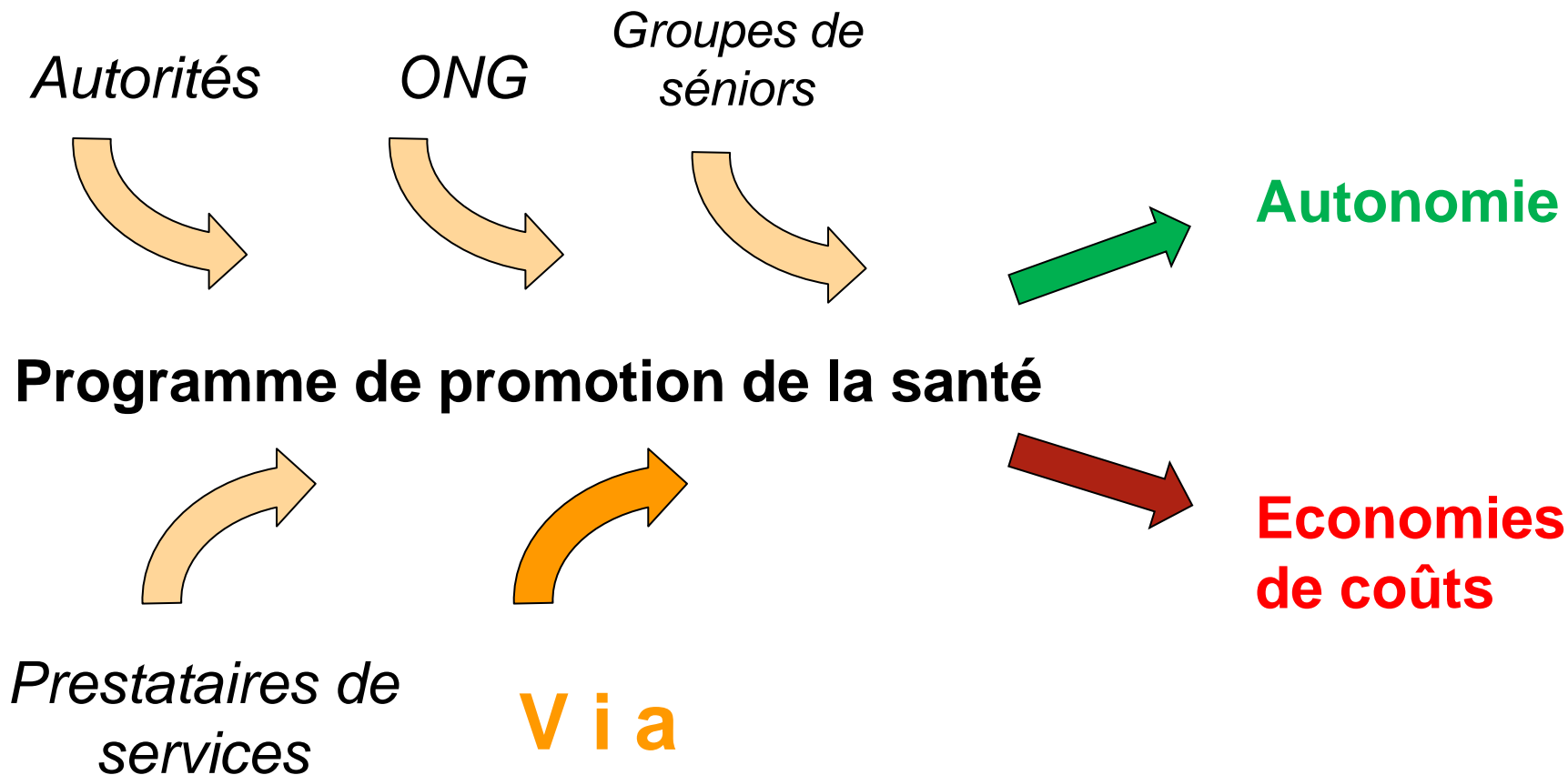


Faire de son mieux dans une situation donnée.

Via: un cadre de référence (2)



Niveaux d'évaluation Via: un prestataire parmi d'autres



Quatre niveaux d'action

1. **Interventions axées sur la personne** (Comportement)
 2. **Aménagement d'un environnement physique et social favorable à la santé** (contexte)
 3. **Travail d'information du public, création de valeurs et de normes**
 4. **Mise en réseau**
- **A partir de 2014, Via cible tous les niveaux!**

Thèmes / déroulement

- Données clés du projet
- Objectifs et groupes cibles
- Concept et stratégie
- **Mise en réseau**
- Mise en œuvre
- Utilité
- Etat du projet et exigences

Mise en réseau + échange de connaissances



Mise en réseau

- Réseau – réunions/rencontres
- Réunions expérience, programmes cantonaux
- Réunions expérience, projets pilotes
- Table ronde, organisations actives dans le domaine de la mobilité et sportives
- E-mail Via + courrier électronique PSCH
- Autre travail de communication en fonction des besoins/opportunités
- Soutien des réseaux cantonaux
- Réseaux (communaux) activité physique et rencontres

Thèmes / déroulement

- Données clés du projet
- Objectifs et groupes cibles
- Concept et stratégie
- Mise en réseau
- **Mise en œuvre**
- Utilité
- Etat du projet et défis

Thèmes: modules

Modules d'intervention

Thèmes transversaux

Promotion de l'activité physique	Prévention des chutes	Alimentation	Intégration sociale
Diversité et égalité des chances			
Participation des personnes âgées			
Participation des médecins de famille			
Conseils, manifestations, cours			

Modules d'intervention Via 2014-2016: www.promotionsante.ch/via

Promotion de l'activité physique

- **≥ 2,5 heures d'activité physique par semaine**
- Force, endurance, souplesse, équilibre
- activité quotidienne + entraînement individuel + cours de sport
 - Quotidien: se promener, monter les escaliers, faire ses achats à pied, se tenir sur une jambe, etc.
 - Augmentation graduelle de l'effort
- Composantes sociales:
 - Rencontres, échange, divertissement
 - Soutien par le groupe, la famille, le cercle de connaissances, les médecins
- Créer des offres attrayantes
- Créer un environnement agréable



Inhalte der Bewegungskurse

	Ja	Nein
In jeder Kurseinheit werden grundsätzlich folgende Trainingskomponenten berücksichtigt (einzelne Komponenten können je nach Kurs und je nach Trainingszielen unterschiedlich stark gewichtet werden): – Kraft – Ausdauer – Gleichgewicht – Beweglichkeit	■	■
Die Bewegungskurse können zusätzliche Übungen enthalten mit dem Ziel, Alltagsaktivitäten zu trainieren und damit die Funktionalität zu erhalten resp. zu verbessern (z.B. Treppensteigen, vom Stuhl aufstehen).	■	■
Eine Kurseinheit dauert vorzugsweise mindestens 45 Minuten.	■	■
Eine Kurseinheit beginnt normalerweise mit einer Aufwärmphase. Gleichgewichtsübungen können nach dem Aufwärmen und vor den Kraftübungen durchgeführt werden. Danach folgen zuerst die Kraft- und dann die Ausdauerübungen. Dehnübungen zur Verbesserung der Beweglichkeit und allenfalls Entspannungsübungen bilden den Abschluss einer Einheit.	■	■
Unterschiede in der körperlichen Leistungsfähigkeit der Teilnehmenden werden in den Kursen berücksichtigt.	■	■

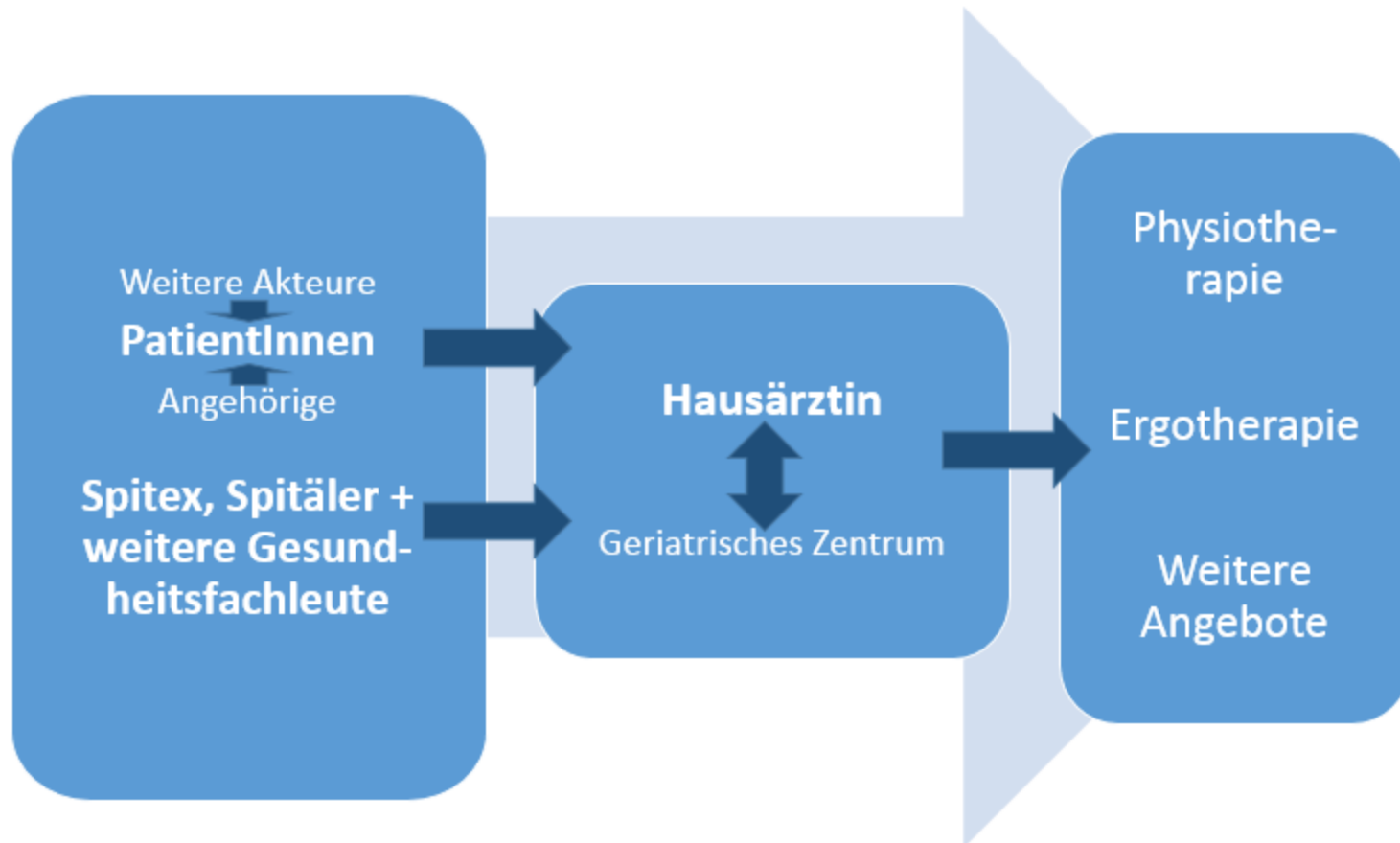
Activités de promotion de l'activité physique

- Etude et liste de contrôle des bonnes pratiques
- Formations de spécialistes
- Table ronde nationale sur la promotion de l'activité physique
- Projets pilotes «réseaux d'activité physique communaux» L'thal, Bienne, BBb100 ZG, SH, AR, GR
- Prévu:
 - communication avec le groupe cible «Personnes âgées»
 - Promotion structurelle de l'activité physique

Activités (spécifiques) concernant la prévention des chutes

- Etude et liste de contrôle des bonnes pratiques
- Manuel d'exercices pour spécialistes (bpa)
- Formation d'experts (bpa)
- Matériaux de communication pour les personnes âgées
- Projets pilotes sur la prévention des chutes (SG, GR)

Schéma chutes



Activités relatives à la solitude

- Etude de bonnes pratiques
- Rapport «Intégration sociale, offres contre les solitude des personnes âgées»
- Outil interactif «Conseils, manifestations et cours sur la promotion des relations sociales»
- Projets pilotes sur «l'intégration sociale» (BE et ZG)

Nouveaux thèmes

- Alimentation
- Participation
- Communication avec les personnes âgées
- Prévention contextuelle
- Banques d'images
- Monitoring
- Mise en place du programme 2017+

Thèmes / déroulement

- Données clés du projet
- Objectifs et groupes cibles
- Concept et stratégie
- Mise en réseau
- Mise en œuvre
- Utilité
- **État du projet et défis**

Etat du projet aujourd'hui

- La promotion de la santé chez les personnes âgées fait partie des priorités politiques et techniques !
- Un **processus intercantonal** en réseau, professionnel et ciblé est en cours
- Des cantons Lead sont dans la **phase de mise en œuvre**
- Certains cantons sont dans la **phase préparatoire à la mise en œuvre**
- Un **réseau spécialisé** national est sur pied
- **Une aide technique** est disponible
- Financement: engagement de **Promotion Santé Suisse** et de **10 cantons**
- **Phase du projet 2014 – 2016 garantie**

Défis

- Ressources! Volonté politique insuffisante
- Connaissances lacunaires
- Quick-wins vs. programmes efficaces et durables
- Groupes-cibles difficilement atteignables et défavorisés
- Hétérogénéité parmi les cantons et les communes
- Collaboration: médecins généralistes, soins à domicile, hôpitaux
- Approches systémiques: «activité physique», «chutes», «intégration sociale»



*Vieillir c'est comme gravir une montagne.
On parvient au sommet à bout de souffle
mais d'en haut, le panorama est grandiose.*

Ingmar Bergman

*Ageing is like climbing a mountain.
You get out of breath but you have a magnificent view.*

Merci de votre attention!

Pour de plus amples informations:

Centre de coordination Via

Andy Biedermann

Centre de coordination Via

c/o Public Health Services

Sulgeneckstrasse 35

3008 Berne

biedermann@public-health-services.ch

Téléchargements: www.promotionsante.ch/via