

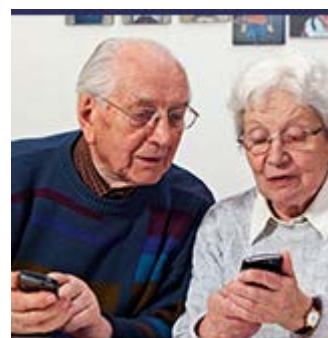


ESSENTIEL BIEN VIEILLIR

Une médiathèque dédiée à la prévention et promotion de la santé

Constituée par les caisses de retraite et Santé publique France, la médiathèque met à votre disposition différentes ressources liées à votre pratique professionnelle. Leur diffusion a non seulement vocation à vous permettre d'étayer vos actions avec des données probantes mais aussi à harmoniser la prise en charge des seniors sur le territoire. Vous y trouverez des outils d'aide à l'action, des guides, des revues et des référentiels métier, à télécharger ou à commander. Vous y découvrirez des brochures grand public conçues par les partenaires sur lesquelles vous appuyer lors de vos échanges avec les aînés et des vidéos pour vous initier ou approfondir vos connaissances Bien vieillir.

>



Nouveauté

Les recommandations « activité physique » évoluent

Une activité physique régulière aide à prévenir nombre de pathologies chroniques, dont certains cancers. Au-delà des 30 minutes par jour préconisées jusque-là, l'Anses a établi de nouvelles recommandations par typologie de population et distinguées entre endurance cardio-respiratoire, renforcement musculaire, assouplissement et étirements. >



MÉDIATHÈQUE

DEUX BROCHURES POUR LES ÂÎNÉS

Destinés aux seniors et aux personnes âgées, ces guides, riches en informations pratiques, en conseils et en témoignages, visent à favoriser l'adoption de comportements protecteurs. Élaborés avec des experts scientifiques, ils abordent les grandes thématiques du Bien vieillir de façon transversale et optimiste. Les brochures sont disponibles gratuitement à la commande et en téléchargement. >



RESSOURCES

CURSUS DIPLÔMANTS ET FORMATIONS BIEN VIEILLIR

En matière de promotion de la santé des personnes âgées, des universités et certains établissements supérieurs proposent un cursus menant à un diplôme de niveau II ou un certificat. Par ailleurs, de nombreuses structures et associations proposent des formations professionnelles courtes, non diplômantes, sur des thématiques en lien avec la pratique. >



La rédaction a lu pour vous

BEH, 16-17, 2016 : **Inégalités sociales et territoriales de santé.**

[Consulter ici.](#)

Haut Conseil de la Santé publique. **Crise, inégalités sociales et santé.**

Paris : HSCP, 2016. [Consulter ici.](#)

Alberola, Élodie, Aldeghi, Isa, Müller, Jörg. **Les modes de vie des ménages vivant avec moins que le budget de référence.** Paris : Crédoc, 2016 (coll. des rapports n° 331). [Consulter ici.](#)

Agirc-Arrco. **Bien vieillir. De l'importance de bien entendre.** En partenariat avec la Cnav. Paris : Agirc-Arrco, 2016 : 161 p. [Consulter ici.](#)

Les défis du vieillissement : construction d'une politique sociale. Vie sociale, 15, septembre 2016. [Consulter ici.](#)



Vu dans la presse

Novembre

Espérance de vie. [L'Insee Première](#) de novembre 2016 fait état d'un accroissement possible des centenaires qui passerait de 21 000 personnes en 2016 en France à 270 000 en 2070. Si actuellement six centenaires sur 10 sont des femmes, en 2070 « près d'un centenaire sur trois serait un homme ».

[Figaro Madame](#), Lucile Quillet, 3 novembre 2016

Octobre

Lutter contre l'âgisme. A l'occasion de la journée internationale des personnes âgées (1er octobre dernier), [l'OMS](#) publie son « Rapport mondial sur le vieillissement et la santé » qui dénonce la ségrégation par l'âge, car le non-respect des personnes âgées peut être source de dépression et d'isolement.

L'Est républicain, 6 octobre 2016

Prévention isolement. La Poste lance son offre « Veiller sur mes parents », un service à la personne via un abonnement qui implique des visites au domicile de la personne âgée et l'envoi d'un compte rendu via SMS au prescripteur.

[Les Echos](#), Lionel Steinmann, 11 octobre 2016

Septembre

Liens intergénérationnels. L'enquête Les Petits frères de pauvres/Fondation Monoprix, réalisée par l'Institut BVA en septembre 2016, révèle que les aînés attendent surtout de l'affection de la part des jeunes générations, alors que « la moitié des Français interrogés pensent que les seniors ont surtout besoin de leurs bras ». Les moins de 30 ans confirment leur intérêt croissant pour la solidarité intergénérationnelle à travers un engagement bénévole en hausse depuis deux ans.

[Le Parisien](#), Christine Mateus, 28 sept. 2016

Alimentation et longévité. L'étude [Cilento on Aging Outcomes Study](#) s'intéresse aux habitudes alimentaires des centenaires d'un village pour percer leur secret de longévité : régime méditerranéen, activité physique régulière, activité sexuelle, patrimoine génétique favorable.

[La Croix](#), Anne Le Nir, 13 septembre 2016



L'agenda du Bien vieillir

Janvier-Mars 2017

20 janvier : colloque Parcours santé des aînés : les leviers de la réussite (Paris), proposé en

partenariat par [l'EN3S et l'EHESP](#)

1-3 mars : Les politiques d'autonomie : la loi d'adaptation de la société au vieillissement (Angers), formation à [l'Inset d'Angers](#)

7-8 mars : les assises de la recherche et de l'innovation sociale pour relever le défi du vieillissement (Paris), organisées par la [Fondation Médéric Alzheimer](#)

16-17 mars : 5^e Congrès francophone. Fragilité du sujet âgé et prévention de la perte d'autonomie. Rencontres scientifiques sur la sarcopénie (Paris), organisées par [la Société française de gériatrie et gériatrie](#)



Les caisses de retraite et Santé publique France aident les personnes âgées de 55 ans et plus à bien vivre leur âge



Crédit photos : Fotolia, Fabrice Guyot

Vous recevez cet email de la part de pourbienvieillir@santepubliquefrance.fr, car vous êtes abonné aux messages professionnels du site www.pourbienvieillir.fr/espace-professionnels. Cette lettre d'information professionnelle vous a été envoyée le 15 décembre 2016.

Si vous ne souhaitez plus recevoir cette newsletter, [veuillez accéder à la page de désinscription](#).

Conformément à la loi Informatique et Libertés du 6 janvier 1978, vous disposez d'un droit d'accès, de modification, de rectification et de suppression des données vous concernant. Santé publique France TSA 50549 94415 Saint-Maurice Cedex