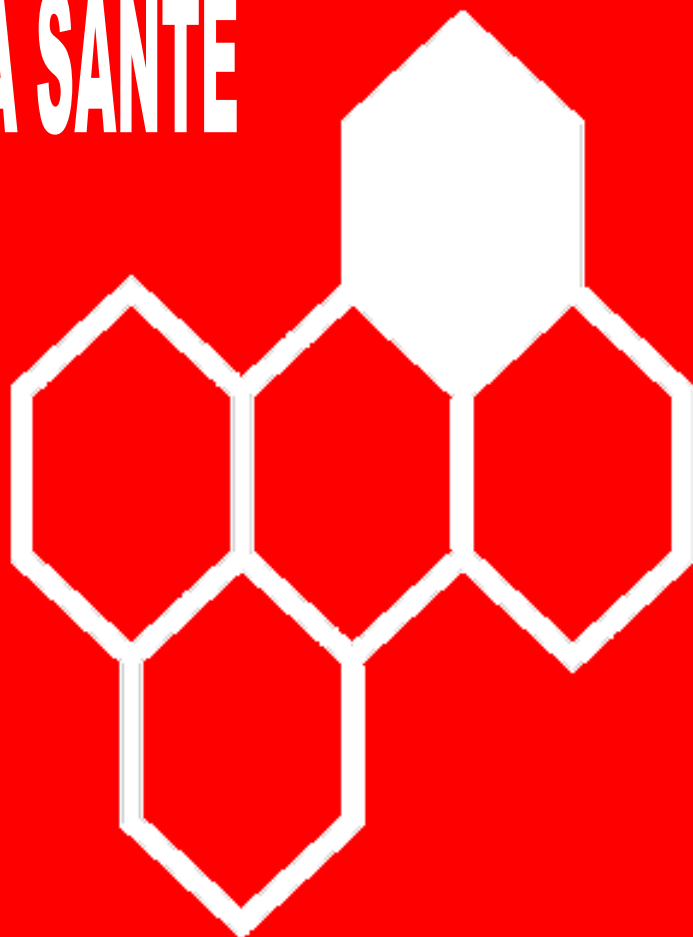


PROGRAMME DE PREVENTION

ET PROMOTION DE LA SANTE

2017



78 RENCONTRES SANTE PRES DE CHEZ VOUS

INFORMER

DEPISTER

ACCOMPAGNER

ORIENTER



PREVENIR

SENSIBILISER

Dans le cadre de sa mission de prévention et promotion de la santé, l'Union Régionale de Guadeloupe qui fédère l'ensemble des mutuelles du territoire met en œuvre les orientations nationales et régionales, à travers des actions de proximité menées en partenariat avec les acteurs des champs sanitaire, social et éducatif, à destination des adhérents et de la population.

LA PREVENTION ET LA PROMOTION DE LA SANTE

La prévention est l'ensemble des actions, des attitudes et comportements qui tendent à éviter la survenue de maladies ou de traumatismes ou à maintenir et à améliorer la santé. Il y a trois niveaux de prévention :

- Primaire : éviter l'apparition de la maladie
- Secondaire : éviter le développement de la maladie
- Tertiaire : éviter les conséquences ou récurrences de la maladie

La promotion de la santé est un processus qui confère aux populations les moyens d'assurer un plus grand contrôle sur leur propre santé et d'améliorer celle-ci. Ce concept inclut la promotion des modes de vie sains aussi bien que l'amélioration des conditions de vie, des facteurs sociaux, économiques et environnementaux qui déterminent la santé.

Nous avons pour ambition d'aider la population à faire des choix responsables et à devenir acteur de sa santé.

4 GRANDES THEMATIQUES

PROGRAMMES	ACTIONS	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
MAINTIEN DE L'AUTONOMIE	ATELIERS EQUILIBRE												
	BIEN VIEILLIR												
MALADIES CHRONIQUES	AVC												
	DIABETE												
	HTA												
	CANCERS												
	ACTIVITE PHYSIQUE												
	ALIMENTATION												
SANTÉ DES ACTIFS	JOURNEE DE REPERAGE												
	JACQUES CELERE												
	TROUBLES MUSCULO-SQUELETTIQUES												
ENFANCE ET JEUNESSE	ONE LIFE ... OK! MA SANTE AVANT TOUT												
	ALIMENTATION												
	BOUGE..., UNE PRIORITE POUR TA SANTE												
	COMPORTEMENTS A RISQUES												

PLUSIEURS FORMATS

- ATELIERS
- CONFERENCES-DEBATS
- DEPISTAGES / ORIENTATIONS
- INTERMEDES SANTE
- JOURNEES DE SENSIBILISATION
- SEMINAIRES
- THEATRES DE RUE
- TI KOZES

ZOOM SUR NOS PROGRAMMES ET ACTIONS

1 - MAINTIEN DE L'AUTONOMIE

Objectif général : Contribuer à la réduction des risques de perte d'autonomie.

Mots clés : séniors, chutes, équilibre, handicap, alimentation, activité physique, sommeil, bon usage des médicaments, nutrition, bien vieillir, aidants

Dans une logique d'anticipation des risques liés à la perte d'autonomie, il s'agit de mener des actions de sensibilisation et de prévention relatives au bien-vieillir mais aussi des actions de prévention visant à limiter les conséquences d'une perte d'autonomie.

Lors des ateliers équilibre, nous permettons aux séniors, par des moyens simples mais efficaces, de réduire les risques de chutes par l'activité physique. Des professionnels de santé (gériatre, kinésithérapeute, ergothérapeute, diététicienne et podologue) interviennent en fin de séances pour sensibiliser sur les facteurs de risques de chutes.



2- MALADIES CHRONIQUES

Objectif général : Contribuer à la réduction des facteurs de risque des maladies chroniques.

Mots clés : diabète, hypertension artérielle, activité physique, obésité, surpoids, dépistage précoce, alimentation, activité physique, tabac, AVC, cancers

En constante augmentation, les maladies ont un poids considérable sur la perte d'années en bonne santé et les décès prématurés. Nous souhaitons réduire le niveau d'exposition aux facteurs de risques (déséquilibre nutritionnel, sédentarité, tabac, alcool etc.) et dépister le plus tôt possible!

Parce que bouger c'est bon pour la santé, en particulier pour lutter contre les maladies chroniques, la Mutualité Française de Guadeloupe organise les Parcours du cœur chaque année. Au programme, une marche puis un village santé comprenant des dépistages, de l'information et des conseils sur l'alimentation, les addictions, le diabète... et des activités physiques pour tous.



3 – SANTE DES ACTIFS

Objectif général : Favoriser le bien-être des actifs.

Mots clés : accès prévention, nutrition, santé au travail, activité physique, lecture d'étiquettes alimentaires, dépistages

Proposer une offre de services pour les mutuelles, leur permettant d'informer et d'accompagner les actifs dans une démarche de préservation de leur bonne santé via la prévention des facteurs de risque des pathologies chroniques (alimentation, activité physique, ...) mais également les conduites addictives, le sommeil ou encore la prévention du stress et des Troubles Musculo-squelettiques (TMS).



4 - ENFANCE ET JEUNESSE

Objectif général : Améliorer la qualité de vie des enfants, des jeunes et des étudiants.

Mots clés : obésité, jeunes, surpoids, alimentation, activité physique, comportements à risques, parentalité

Le programme « One life ...ok, ma santé avant tout ! », copiloté avec l'Agence Régionale de Santé Mutualité se préoccupe de la santé des étudiants. Il couvre l'ensemble des thématiques liées aux jeunes : l'accès aux droits, la santé sexuelle, l'alimentation, les addictions, l'activité physique, les maladies cardiovasculaires, la sécurité routière, les difficultés d'accès aux soins, etc...

Des actions sont également organisées au sein des établissements scolaires des trois cycles en direction des élèves et des parents, pour les sensibiliser sur la bonne hygiène alimentaire avec notamment la diffusion des informations sur le petit-déjeuner et le goûter.



Pour plus d'informations rendez-vous sur :

www.guadeloupe.mutualite.fr

Immeuble BDAF – N°39 – RDC - Boulevard Légitimus – 97110 POINTE-A-PITRE

Tél : 0590.90.35.91 – Fax : 0590.91.32.59 – e-mail : mfm971@orange.fr

REGIE PAR LE CODE DE LA MUTUALITE - R.N.M. N° 507 928 927

