

PROGRAMME DE PREVENTION ET PROMOTION DE LA SANTE 2020



97 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.

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.

5 GRANDES THEMATIQUES

PROGRAMMES	ACTIONS	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
CONFERENCE DES FINANCEURS	ATELIERS EQUILIBRE												
	BUS INFO – EQUIPE MOBILE												
	PROGRAMME DYNSEO												
MAINTIEN DE L'AUTONOMIE	PREPARATION A LA RETRAITE												
	AIDANTS, VOTRE SANTE, PARLONS-EN.												
MALADIES CHRONIQUES	AVC												
	DIABETE												
	HTA												
	CANCERS												
	ACTIVITE PHYSIQUE												
	ALIMENTATION												
	DEPISTAGES EN QUARTIER												
	JOURNEE DE REPERAGE												
SANTÉ DES ACTIFS	MANGEZ, BOUGEZ, C'EST FACILE!												
	ONE LIFE ... OK! MA SANTE AVANT TOUT												
SANTÉ DES JEUNES	ALIMENTATION												
	COMPOTEMENTS A RISQUES												

PLUSIEURS FORMATS

- ATELIER
- CONFERENCE-DEBAT
- DEPISTAGE / ORIENTATION
- INTERMEDE SANTE
- BUS PREVENTION SANTE
- JOURNEE DE SENSIBILISATION
- SEMINAIRE
- THEATRE DE RUE
- TI KOZE

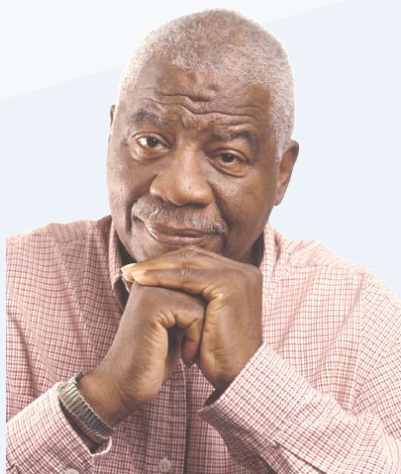
ZOOM SUR LE BUS

Cet outil permet de mettre en place des actions de proximité à l'intérieur et autour du véhicule (ateliers, conférences, dépistages, stands d'informations et de conseils).



ZOOM SUR NOS PROGRAMMES ET ACTIONS

1- CONFERENCE DES FINANCEURS



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

Mots clés : Activité Physique Adaptée, Nutrition, Sommeil, Bon usage des médicaments, Stimulation cognitive, ludique et culturelle, Sécurité routière, Prévention des chutes et de l'errance, Vie affective et sociale, bien-être et estime de soi.

A la demande de la FNMF, ce programme regroupe toutes les actions financées dans le cadre de la conférence des financeurs et qui visent à développer la prévention de la perte d'autonomie dans les zones blanches, non couvertes par des actions, ou des publics qui n'en bénéficieraient pas jusqu'à présent.

2 - MAINTIEN DE L'AUTONOMIE

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

Mots clés : seniors, 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 visant à limiter les conséquences d'une perte d'autonomie.



3- 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 sur les décès prématurés. Nous souhaitons réduire le niveau d'exposition aux facteurs de risque (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.



4 – 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 aux les mutuelles, leur permettant d'informer, d'accompagner et d'encourager les actifs à améliorer leur qualité de vie 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).

Sensibiliser les actifs à l'adoption de comportements favorables à leur santé en fonction des spécificités de leur métier (horaires décalés, 3/8...).



5 - 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 par l'Agence Régionale de Santé et la Mutualité Française de Guadeloupe s'adresse particulièrement aux étudiants. L'objectif est de permettre aux étudiants de la région de mieux gérer leur santé. Ce programme est composé d'actions de prévention et de promotion de la santé organisées durant toute l'année scolaire et sous diverses formes (journées de sensibilisation, ateliers, conférences, etc...). Il porte sur des thématiques telles que l'accès aux droits et aux soins, la santé sexuelle, l'alimentation, les addictions, l'activité physique, les maladies cardiovasculaires, la sécurité routière, 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 d'informations et de conseils sur le petit-déjeuner et la collation.



Pour plus d'informations, rendez-vous sur :

www.guadeloupe.mutualite.fr

39 immeuble BDAF – Boulevard Légitimus – 97110 POINTE-A-PITRE

Tél : 0590.90.35.91 – Fax : 0590.91.32.59

e-mail : accueil@mutualiteguadeloupe.fr



REGIE PAR LE CODE DE LA MUTUALITE – SIREN N°507 928 927



Mutualité Française Guadeloupe
[mutualitefrancaiseguadeloupe](https://www.mutualitefrancaiseguadeloupe.fr)