



COMITÉ NOVATEUR D'ÉTUDE SUR LA FRAGILITÉ DES SÉNIORS



**CONFÉRENCES, DÉBATS AUTOUR DU THÈME DES BONNES ATTITUDES
POUR PRÉVENIR LES RISQUES DE FRAGILITÉ CHEZ LES SÉNIORS**

**CINÉMA LE NAUTILUS, PALAVAS-LES-FLOTS
LE 3 FÉVRIER DE 14H30 À 17H30
ENTRÉE LIBRE**

Depuis plusieurs années, notre société doit s'adapter pour faire face aux défis de l'avancée en âge de la population. Aujourd'hui il est parfaitement acquis que le « bien vieillir » des séniors est le résultat d'une multitude de facteurs, certes des facteurs individuels mais aussi des facteurs socio-environnementaux (domicile, quartier, participation sociale, accessibilité aux services de santé...). Dit autrement, il est nécessaire d'envisager le vieillissement dans sa globalité. À cet égard, prendre conscience de ses risques de fragilité est un réel pas vers un vieillissement responsable et actif. Pour cela le CNEFs a développé un outil simple d'utilisation, dénommé « l'Etoile de la fragilité », qui permet de percevoir les facteurs de risques sur le plan somatique, psycho-social, nutritionnel cognitif, économique, environnemental.



MICHEL NOGUÈS, géographe de la santé et statisticien, Président du CNEFs, animateur.

Sa carrière à la Sécurité sociale l'a porté à la fonction de Directeur délégué de la Carsat de Montpellier, chargé de l'Action Sociale en faveur des personnes âgées. Aujourd'hui son implication dans plusieurs associations dont le CNEFs qu'il préside et ses liens universitaires le positionnent en tant que personnalité reconnue de la « prévention sociale » dont il a développé le concept dans plusieurs publications. Il animera les débats et présentera « l'Etoile de la fragilité », un « outil » simple permettant à chacun d'appréhender ses risques de fragilité.

LES INTERVENANTS :



JACQUES TOUCHON, neurologue, Professeur Émérite de l'Université de Montpellier, ancien Doyen de la Faculté de Médecine de Montpellier, Vice-Président du CNEFs. Spécialiste de la maladie d'Alzheimer, il a publié de nombreux ouvrages et a collaboré à de nombreuses revues spécialisées sur le sujet. Sa vision humaniste de la médecine lui a donné une dimension de « sage », reconnu pour l'attention qu'il porte à la prévention des effets du vieillissement. Son intervention portera sur **l'approche et l'appropriation des facteurs de risque au fil de l'âge et de la mémoire**.



GRÉGORY NINOT, Professeur à l'Université de Montpellier spécialisé dans l'évaluation des interventions non médicamenteuses (INM), Directeur adjoint d'Unité INSERM. Après un double cursus universitaire en sciences du sport et en psychologie appliquées à la santé, il a dirigé plusieurs laboratoires de recherche rapprochant les sciences de la santé et les sciences humaines. Il a fondé et préside la société savante « Non-Pharmacological Intervention Society » (NPIS) qui s'attache au développement international de la recherche dans les interventions non médicamenteuses (INM). Son intervention portera sur **les bons choix à faire dans les pratiques douces, naturelles ou complémentaires pour la santé**.



JEAN BOUSQUET, pneumologue, Professeur Émérite de l'Université de Montpellier, chercheur de renommée internationale, fondateur du programme Vigilance séniors, porté par les services d'aide et de soutien à domicile de l'ADMR. Ses recommandations pour un vieillissement réussi portent notamment sur **l'alimentation et nos défenses immunitaires**. Dans le cadre du programme développé avec l'ADMR, il a montré que l'observation de l'état général d'une personne (mobilité, état physique, appétit, moral...) peut permettre, par un suivi simple, de repérer des risques de fragilité et de prévenir des épisodes aigus de décompensation.



DOMINIQUE JAKOVENKO, infirmier référent de l'expérimentation « Équilibre Occitanie », représentera Bruno Vellas, gériatre, Professeur à l'Université de Toulouse, responsable du gérontopôle de Toulouse et président de la Société mondiale de gériatrie (IAGG). Sa présentation sera centrée sur **le programme ICOPE**, développé par l'OMS, qui a pour objectif de retarder la dépendance en ciblant les capacités fonctionnelles et ce, afin de repérer précocement les facteurs de fragilité chez les séniors.



MICHÈLE CALONE, gériatre, médecin coordonnateur en EHPAD, connaît bien le contexte du vieillissement. Elle a participé à de nombreux programmes d'actions en faveur des personnes âgées. Elle prodiguera des conseils pour **« marcher du bon pied » et maintenir son équilibre**.

Ensuite des professionnels évoqueront quelques points clés du
« **Mieux vieillir** » sur les thèmes de la stimulation physique,
la découverte de la respiration, le maintien dans le lieu de vie.



Invitation

Conférences, débats autour du thème des bonnes attitudes
pour prévenir les risques de fragilité chez les séniors

Venez fêter la chandeleur avec nous !

Cinéma Le Nautilus
Palavas-les-Flots
Le 3 février de 14h30 à 17h30

Animation : Michel Noguès, Géographe de la santé, Président du CNEFS

14h30 Accueil et mots de bienvenue

- Christian Jeanjean, Maire de Palavas-les-Flots
- Stéphane Rossignol, Maire de La Grande-Motte
- Yvon Bourrel, Maire de Maugeio - Carnon

15h Conférences débats

- Jacques Touchon, Neurologue, Professeur Émérite, Vice-Président du CNEFS
- Grégory Ninot, Professeur, Président de la NPIS
- Jean Bousquet, Pneumologue, Professeur Émérite
- Bruno Vellas, Professeur, Gériatre, ou son représentant
- Michèle Calone, Médecin gériatre

Avec la participation de « témoins » professionnels et de séniors qui feront part de leur expérience.

17h30 Goûter de la Chandeleur

avec visite des stands des associations œuvrant pour des activités de bien-être en faveur des séniors.



<https://www.cnefs.fr>

Pour nous joindre : cnef.fragilité@gmail.com – 06.85.03.91.30
SIREN : 877 917 203



www.palavaslesflots.com

Contact presse : Michel NOGUES, 06 85 03 91 30

#lovepalavas