

E.H.P.A.D *Les près de Chignac*

5 avenue du Saupiquet

19230 Arnac-Pompadour

**« Consultation Bien vieillir à Domicile »**

**VIEILLISSEMENT**

**INFORMATIONS**

**PREVENTION**

**Vous propose une consultation gratuite V.I.P**

Pour une retraite sereine



## 1<sup>er</sup> Axe de cette consultation innovante

L'EHPAD « les Près de Chignac », en collaboration avec le SSIAD propose une consultation **V.I.P** (**V**ieillesse-**I**nformation-**P**révention).

Comme son nom l'indique, cette consultation propose aux jeunes seniors, après une évaluation globale de leur santé, **des mesures de prévention** leur permettant d'agir sur les processus du vieillissement.

Dépister les facteurs de vulnérabilité et de fragilité c'est **anticiper les incapacités en sauvegardant son indépendance et en s'engageant dans le « bien vieillir ».**

V.I.P, consultation approfondie est pratiquée par une équipe multidisciplinaire se basant sur une **Evaluation Globale Multidimensionnelle** (autour de 4 axes : nutrition, activité physique, psychologique, aménagement de l'environnement) et aboutit à un plan personnalisé de soins (PPS) et suivi régulier.

## Objectifs médicaux importants

- **Retarder l'apparition de maladies en dépistant les possibles fragilités** : en préservant ses ressources intellectuelles, en entretenant son capital musculaire et osseux, en protégeant son cœur et ses artères et en adoptant des comportements favorables à une bonne santé (activités physiques, nutrition).
- Inciter les patients à **adopter des attitudes et des modes de vie favorables pour un « bien vieillir ».**

- **Améliorer la qualité de vie des patients** en prévenant l'apparition ou l'aggravation des incapacités fonctionnelles, la perte d'autonomie et le risque de désocialisation.
- **Promouvoir l'amélioration de l'environnement individuel et collectif.**

## 2<sup>ème</sup> axe : A l'attention des personnes fragiles

### Assister les personnes en perte d'autonomie à domicile

Service de conseils et/ou informations autour :

- **Nutrition** : afin de limiter le risque de dénutrition qui est souvent une cause majeure de la fragilité et souvent sous diagnostiquée
- **Aménagement et organisation de l'environnement** de la personne par un ergothérapeute, afin de limiter le risque de chutes et leurs conséquences sur la vulnérabilité de la personne
- **Formation des aidants** sur les techniques de manutention, sur les troubles du comportement et sur la connaissance de la dépendance... par du personnel formé à la gériatrie
- **Actions de bien être** auprès de personnes en perte d'autonomie
- Actions permettant de **rompre l'isolement**

*L'isolement social, la précarité sociale, l'absence d'aide extérieure et l'aménagement du domicile sont des causes indirectes à la fragilité.*

La consultation V.I.P, en anticipant les impacts du vieillissement fait évoluer les pratiques de santé. Le patient, devenu acteur de sa santé, peut alors s'engager dans un processus de vieillissement réussi.

C'est pourquoi, une équipe pluridisciplinaire est à votre écoute :

Elle est composée :

- Médecin spécialiste du vieillissement :
  - Docteur Vincent Douzon
- Infirmière : Marine Lascaux
- Diététicienne : Laurence Bulart
- Educateur d'activité physique : Claire-Marie Masdupuy
- Psychopraticienne : Nancy Pons
- Ergothérapeute : Audrey Nahon

### **Renseignements et prise de rendez-vous**

Du lundi au vendredi entre 9h et 16h

Tel :05.55.73.99.93

Mail : [consultation.bienvieillir@ehpad-pompadour.fr](mailto:consultation.bienvieillir@ehpad-pompadour.fr)