cdc habitat | Caisse des Dépôts GROUPE



— SENIORS —

PRÉVENTION SANTÉ

De nombreux services, équipes et organismes existent pour prévenir les difficultés rencontrées par les seniors. Attention, le médecin généraliste reste le référent prioritaire pour soigner et accompagner.

Les services de prévention santé

- **Service de soins infirmiers à domicile pour personnes âgées (SSIAD) :** soins infirmiers et hygiène générale sur prescription médicale. Service pris en charge à 100 % par la sécurité sociale.
- **Bilan de prévention ARGIC-ARRCO :** professionnels de l'ARGIC-ARRCO proposant aux personnes de plus de 50 ans un bilan de prévention (médical, psychologique et social) et des conseils personnalisés.
- **Ateliers de prévention des chutes et du bien-vieillir de la CNAV et des CARSAT :** sensibilisation et présentation des aménagements possibles au domicile.

Accompagnement santé mentale des seniors

Équipe mobile de psychiatrie du sujet âgé : rattachée au centre hospitalier, cette équipe intervient pour les seniors de plus de 65 ans présentant une souffrance psychologique.

Prendre soin de sa santé mentale :

- Contacter un proche/ami/association
- Faire une chose à la fois
- Parler à un spécialiste ou au médecin
- Écouter de la musique
- Lire un livre
- Sortir prendre l'air et/ou assister à une activité

L'accès aux soins

Aides sociales :

- Allocation personnalisée à l'autonomie (APA)
- Aide au retour à domicile après une hospitalisation (ARDH)
- Aides sociales des caisses de retraite
- Aides sociales des mutuelles

Organismes accompagnants :

- Conseils départementaux
- Centres communaux d'action sociale (CCAS)
- Caisses de retraite
- Centres locaux d'information et de coordination (CLIC)
- La Croix-Rouge française

ÉVITER LES CHUTES À DOMICILE

→ Retirer les tapis ou les fixer au sol
→ Installer des revêtements antidérapants dans la cuisine et la salle de bains
→ Désencombrer les espaces de circulation (pas de meubles, pas de plantes)
→ Privilégier les chaussures fermées

