



Parcours Personne  g e

Prévention Santé

Bien vieillir c'est préserver son indépendance dans ses activités quotidiennes.

C'est agir sur sa santé en veillant sur :

- La mobilité
- La mémoire
- Le sensoriel (vue, audition)
- L' tat nutritionnel
- L'humeur

DISPOSITIFS MOBILISABLES

COORDONNÉES

Consultation Prévention de la perte de mobilité « Bien sur mes jambes »

ciblée sur l'exercice et la nutrition chez la personne âgée de plus de 70 ans qui :

- A peur de tomber ou a chuté
 - A des difficultés à se lever ou à monter les escaliers
 - Présente un ralentissement dans les tâches du quotidien
 - A perdu du poids de façon involontaire
- ➔ Diagnostic et prise en charge par une équipe pluridisciplinaire (médecin, diététicienne, enseignants en activité physique adaptée)

Centre Hospitalier Lyon Sud

165 chemin du grand Revoyet

69 495 Pierre-Bénite

www.chu-lyon.fr

Lieu de consultation :

Service de Médecine du Vieillissement

Hôpital de jour

Bâtiment 1 C Louis Lortet RDC

Activité Physique Adaptée

Bâtiment 4 E Michel Perret

Prise de rendez-vous par téléphone

Tél : **04 78 86 37 04**

Programme de Restauration d'autonomie

Public  g  de 70 ans et plus

- Programme de r entrainement cardio-vasculaire et musculaire défini après bilan par une équipe pluridisciplinaire (bilan infirmier, bilan kinésithérapique, consultation pharmacien et médecin)

Hôpital de Fourvière

Centre de gérontologie

10 rue Roger Radisson

69 322 Lyon Cedex 5

www.hopital-fourviere.fr

Tél : **04 72 57 30 22**

Prise de rendez-vous / renseignements par

téléphone du lundi au vendredi entre 9h à 12h

Actions de prévention santé des Caisses de retraite

Ateliers de prévention :

- Bien dans ma tête
- Bien dans mon corps
- Bien avec les autres
- Bien chez soi
- Bien avec mon équilibre
- Bien avec ma caisse de retraite

Site des Caisses de retraite (Assurance

retraite, CNRACL, MSA) et Santé Publique

www.pourbienvieillir.fr



Parcours Personne  g e Prévention Santé

DISPOSITIFS MOBILISABLES

Atouts Prévention Rhône-Alpes

Parcours de Prévention à l'attention des futurs retraités et retraités,

3 niveaux d'interventions complémentaires :

- Informer et conseiller « bien vivre sa retraite »
- Déployer des programmes favorisant le bien vieillir: nutrition/équilibre alimentaire, maintien de l'équilibre, stimulation cognitive et atelier mémoire, bien-être et santé, mobilité, aménagement et sécurisation de l'habitat, etc...)
- Accompagner la vie à domicile des retraités fragilisés

Centre de Prévention Bien Vieillir AGIRC ARRCO Auvergne Rhône Alpes

Pour toute personne de plus de 50 ans, relevant des régimes de retraite AGIRC-ARRCO.

- Bilan individuel médico-psycho-social
- Bilan spécifique (mémoire, nutrition, sommeil, accompagnement psychologique complémentaire)
- Ateliers de prévention (aidants, audition, cardio-vasculaire, douleur, équilibre, remise en forme, relaxation....)

Centres d'Examen de Santé CPAM

Examen de prévention en santé adapté à l'âge, aux risques et au suivi médical.

Proposé aux assurés du régime général, l'examen est pris en charge par l'assurance maladie.

COORDONNÉES

Site des Caisses de retraite (CARSAT, MSA, ANGDM)

www.atoutsprevention-ra.fr

Centre de Prévention Bien Vieillir AGIRC ARRCO

19 rue Domer
69 007 LYON

Tél : **04 72 72 04 04**

Fax : 04 72 72 94 94

e-mail : accueil.lyon@cpbvaalyon.fr

www.centredeprevention.com

Inscription pour un examen de prévention en santé sur :

www.cpam-rhone.fr/consultant_ces/

Centre d'Examen de Santé CPAM

CES Baraban, Lyon 6 me

e-mail : ces.baraban@assurance-maladie.fr

CES Mermoz, Lyon 8 me

e-mail : ces.mermoz@assurance-maladie.fr

CES Rillieux

e-mail : ces.rillieux@assurance-maladie.fr



Parcours Personne  g e Prévention Santé

DISPOSITIFS MOBILISABLES

Actions de prévention santé SIPAG

Ateliers de prévention : gym seniors, ateliers mémoire Remue-méninges, conduite, Qi Gong

COORDONNÉES

SIPAG (Syndicat Intercommunal pour les personnes âgées de plus de 60 ans de l'Ouest Lyonnais)

124 place Andrée Marie Perrin

69 290 Craponne

Tél : **04 37 22 07 24**

www.lesipag.org

Secteur : Brindas, Charbonnières-les-Bains, Courzieu, Craponne, Gr zieu-la-Varenne, Marcy l'Etoile, Messimy, Pollionnay, Saint Genis-les-Ollières, Sainte Consorce, Thurins, Vaugneray, Yzeron