

## Le choix de prendre soin de soi



*La diététique était l'un des premiers thèmes abordés sur les stands*

L'association « Accès Santé Nord Cantal » a organisé sa journée intitulée « Je fais le choix de prendre soin de moi », mardi 12 avril dernier à la salle polyvalente. Des personnes de 65 ans et plus, venues de Condat, du Pays de Gentiane ou du Puy-de-Dôme tout proche ont participé à ce parcours de santé innovant.

Ils ont pu dans un premier temps bénéficier d'un point de santé gratuit en intégrant l'étude. « Cette étape était réservée aux personnes ne présentant pas d'Affection Longue Durée (ALD) ou de perte d'autonomie. Le principe est simple : faire bénéficier d'un point de santé gratuit auprès d'infirmiers, médecins et gériatres. A l'issue de cette prise en charge, le médecin traitant est informé de toute fragilité repérée et un suivi de coordination sera ensuite réalisé à 3 mois puis à 6 mois » explique Marie Blanquet, la Présidente de la Communauté Professionnelle Territoriale de Santé.

Dans un second temps, il a été proposé aux participants d'accéder aux stands de prévention, des espaces animés par les partenaires du « Bien vieillir » présents lors de la journée : dont par exemple le centre de coordination de dépistage des cancers, Capsanté, l'Udaf ou la Fédération Française Sports pour Tous.

Tout au long de la journée, des ateliers thématiques de 20 minutes ont été animés par les partenaires de la prévention présents.

