

CONTACTS

CENTRE DU BIEN VIEILLIR CHU DE SAINT-ETIENNE

Hôpital de La Charité,
Bâtiment L – RDC
44, rue Pointe Cadet,
42055 Saint-Etienne

Accès BUS : Ligne 7,
Accès TRAM : Ligne T1 ou T2

Secrétariat ouvert
du lundi au vendredi
de 9h00 à 16h30
04 77 12 70 49

VILLE DE SAINT-ÉTIENNE CORRESPONDANT FRAGILITÉ

Hôtel de Ville
Accueil Séniors
42000 Saint-Etienne
04 77 48 64 54 ou
04 77 48 68 65



CENTRES D'AUDITION MUTUALISTE :

Saint-Etienne, Firminy,
Saint-Chamond, La Talaudière,
Sainte-Sigolène
04 77 38 56 12

CENTRE MUTUALISTE D'OPHTALMOLOGIE :

1 bis, rue du Lieutenant-Morin
42000 Saint-Etienne
04 77 12 11 22

Les opticiens mutualistes :
retrouvez les coordonnées du centre
proche de votre domicile sur
www.mutualite-loire.com

PLATEFORME DE LA QUALITÉ DE VIE ET DU BIEN VIEILLIR
LA PRÉVENTION
POUR UNE LONGÉVITÉ EN BONNE SANTÉ



**Agir
pour
bien vieillir**



QU'EST-CE QUE LA FRAGILITÉ ?

La fragilité constitue un facteur de risque qui peut conduire à la diminution de votre qualité de vie et à une avancée vers la dépendance.

Le terrain de la fragilité :

Des situations à risques désormais bien identifiées par les professionnels

- la perte d'un proche
- le passage à la retraite
- des difficultés sociales
- l'entrée en établissement d'un proche
- la sortie d'hospitalisation

Ces situations diminuent vos ressources et provoquent un déséquilibre qui peut faire basculer vers la dépendance.

Les signes de la perte d'autonomie

- malnutrition, oublis, désorientation,
- isolement
- difficulté à marcher, se mouvoir
- baisse de moral, sentiment de mal-être
- difficulté dans la gestion du quotidien

LA PLATEFORME DE LA QUALITÉ DE VIE ET DU BIEN VIEILLIR



Un objectif : Préserver votre autonomie en bonne santé

Pour répondre à ces préoccupations, un collectif d'acteurs conjuguent leurs compétences autour d'un dispositif innovant qui vous propose des actions préventives personnalisées sur la base d'un diagnostic.

La plateforme constitue un véritable réseau de vigilance qui implique des médecins, des ergothérapeutes, des travailleurs sociaux, des infirmiers et le tissu associatif qui veillent **ensemble** à votre bien-être.

VOUS AVEZ PLUS DE 60 ANS, PRÉSENTEZ-VOUS DES SIGNES DE FRAGILITÉ ?



- vous avez perdu du poids
- vous vous sentez plus fatigué
- vous avez plus de difficultés pour vous déplacer
- vous marchez moins vite
- vous vous plaignez de votre mémoire
- vous vous plaignez de votre sommeil

Contactez votre médecin ou le centre du bien vieillir au **CHU de Saint-Etienne !**

Une équipe de professionnels spécialisés dans le vieillissement vous accueille dans un lieu convivial, spécialement dédié à la prévention et au repérage des fragilités.

Grâce à un bilan de l'autonomie et du bien-être, vous pourrez bénéficier de **conseils** pour continuer à **bien vieillir** et maintenir votre **qualité de vie chez vous**.

- vous entendez ou vous voyez de plus en plus mal

La Mutualité française Loire-Haute-Loire propose, grâce à l'appui de son réseau d'opticiens et audioprothésistes, des contrôles de la vue* et des bilans auditifs* aux séniors.

Les personnes présentant des troubles de la vue importants sont adressées aux spécialistes de son centre mutualiste d'ophtalmologie pour une prise en charge précoce des pathologies oculaires.

- vous ne voyez plus de médecin
- vous éprouvez un sentiment d'isolement
- vous n'êtes pas suffisamment entouré (famille, intervenants professionnels, ...)
- vous rencontrez des difficultés financières
- votre lieu de vie est inadapté (logement, services de proximité peu accessibles, ...)

Contactez **la ville de Saint-Etienne** et son correspondant fragilité !

Soumis au secret professionnel. **Infirmière diplômée d'Etat**, ce correspondant assure gratuitement, au cours d'une visite à domicile, un bilan médico-social et donne toutes les informations nécessaires (les aides pour rester à domicile, offres associatives, soutiens financiers possibles...). Ce correspondant est également à l'écoute des familles, amis, voisins, commerçants, soucieux au sujet d'une personne âgée.