

## DÉPISTER A TEMPS LA FRAGILITÉ

### LA FRAGILITÉ, UNE VULNÉRABILITÉ ACCURUE PAR LE VIEILLISSEMENT

La fragilité est une diminution des réserves physiologiques liée au vieillissement, qui induit un risque de pertes fonctionnelles. Par chance, cet état instable est réversible, et il est possible de mettre en place des mesures préventives pour les contrer.

C'est pour cette raison que le guichet Atout seniors du CCAS de Colomiers a décidé de signer une convention partenariale avec le Gérontopôle de Toulouse afin de mettre en place des diagnostics de fragilité, à la suite desquels sont proposés, en fonction des résultats, des préconisations adaptées sur plusieurs niveaux : le lien social, l'alimentation, l'activité physique, etc.

### UNE MISE EN PLACE PROGRESSIVE

Afin de vérifier le bien-fondé de ce projet, une phase expérimentale a tout d'abord été mise en place. Avec l'aide de quatre associations de seniors columérines, 27 personnes ont bénéficié d'une consultation lors de cette phase. 17 d'entre elles ont été diagnostiquées fragiles ou pré-fragiles.

Face à ces résultats, l'action s'est ensuite déployée plus largement. Un questionnaire d'auto-évaluation, portant à la fois sur la fragilité physique et sociale, a été envoyé aux habitants de plus de 70 ans. Le CCAS se tenait disponible pour aider, si besoin, à y répondre.

Les questionnaires remplis ont ensuite été transmis au Gérontopôle. Les participants ayant des résultats laissant penser à une fragilité ou à une situation à risque de fragilité ont été appelées et invitées à la consultation. Les autres répondants aux questionnaires, eux, ont reçu un courrier les remerciant de leurs réponses et les invitant à maintenir le lien avec le guichet Atout seniors en cas de changement de situation.

Le CCAS de Colomiers a participé à des groupes de travail avec d'autres communes de Toulouse Métropole afin d'échanger sur l'expérimentation du dispositif de dépistage de la fragilité.



#### Ville de Colomiers

Ville Amie des Aînés depuis 2018  
Colomiers (31)

#### OBJECTIFS :

- Prévenir la perte d'autonomie.
- Rendre les consultations plus accessibles aux seniors ayant des difficultés à se déplacer.
- Dédratiser les dépistages en les sortant des murs de l'hôpital.
- Réduire les risques d'isolement social.

#### PRATIQUE :

- Définir les modalités de mise en place du projet.
- Adapter les salles à la réalisation des consultations.
- Vérifier l'impact de l'action par la mise en place d'une phase expérimentale.
- Envoyer des questionnaires d'auto-évaluation aux personnes âgées de plus de 70 ans du territoire.
- Mettre en place les consultations avec ceux qui en ont besoin.
- Coût : 12 716€

## ÊTRE AU PLUS PROCHE DES HABITANTS

Les agents du guichet Atout seniors fixent les rendez-vous avec l'infirmière, qui assure les consultations une fois par semaine au sein du cadre rassurant et familial du CCAS. Par la suite, et en fonction de chaque situation, celle-ci oriente la personne vers des ateliers de prévention mis en oeuvre par le gérontopôle, le CCAS et les associations locales. Un an plus tard, une seconde consultation est effectuée afin de constater les évolutions et de voir si de nouvelles préconisations peuvent s'avérer utiles.

## DES RÉSULTATS IMPORTANTS

A ce jour, 135 personnes ont bénéficié de la consultation de dépistage et 12 personnes de la réévaluation à un an. Parmi elles, 79% ont été diagnostiquées fragiles ou en risque de fragilité, et ont donc bénéficié de préconisations. La proximité de la consultation, et le fait de la sortir des murs de l'hôpital, s'est révélé être un véritable atout dans la réussite de ce projet. De plus, cette consultation a permis de repérer les personnes qui n'accédaient plus aux soins pour des raisons économiques et de leur permettre, grâce à un accompagnement social, de faire valoir leurs droits (ACS, CMU, etc.). Pour l'avenir, la phase de réévaluation permettra de mesurer plus précisément l'impact des préconisations sur les seniors. De plus, il est prévu d'anticiper la sensibilisation en informant les jeunes retraités sur l'importance de leur rôle à jouer dans leur propre vieillissement et dans le maintien de leur autonomie. Un suivi post consultation permettra également de détecter les freins à la mise en oeuvre des préconisations faites en consultation : problème de mobilité, finances, manque de connaissance des activités proposées sur le territoire, etc.



## APPEL À CONTRIBUTION

Si, comme la Ville de Colomiers, vous avez mis en place des projets pour les aînés, n'hésitez pas à nous en faire part : [contact@rfvaa.com](mailto:contact@rfvaa.com)