

# Parution / « Santé et qualité de vie des personnes âgées »

Santé et qualité de vie des personnes âgées

Bases pour les programmes d'action cantonaux. Auteur principal : Dominik Weber, Promotion Santé Suisse, Rapport N°5, 2016, 144 pages



Le présent rapport offre aux cantons et aux organisations spécialisées une base pour le lancement des programmes d'action. Il analyse l'importance d'un engagement en faveur de la santé des personnes âgées et les avantages de la promotion de la santé auprès de ce groupe cible.

Sur la base de preuves scientifiques, le rapport montre le rôle essentiel de l'activité physique, de la prévention des chutes, de l'alimentation ou encore de la santé psychique dans le fait de vieillir tout en bénéficiant d'une qualité de vie élevée. Pour chacun de ces quatre thèmes, des interventions et des approches qui ont fait leurs preuves dans la pratique sont proposées.

La qualité de la coordination de la promotion de la santé des personnes âgées permet non seulement d'allonger l'espérance de vie en bonne santé et de maintenir l'autonomie des personnes âgées, mais aussi de diminuer les coûts de santé.

[Le rapport](#) en format pdf