



**Promotion  
Santé**  
Occitanie

# OUTILS D'INTERVENTION EN PROMOTION DE LA SANTÉ À DESTINATION DES SENIORS ET JEUNES SENIORS

## Sélection de ressources

DÉCEMBRE 2024

**Siège**

Cité de la Santé,  
Hôpital La Grave, Place Lange  
31059 Toulouse Cedex 9

**Documentation**

05 61 77 87 23

[documentation@promotion-sante-occitanie.org](mailto:documentation@promotion-sante-occitanie.org)  
[www.promotion-sante-occitanie.org](http://www.promotion-sante-occitanie.org)

# SOMMAIRE

<b>Préambule .....</b>	<b>2</b>
<b>1. Pour commencer, un peu de littérature .....</b>	<b>3</b>
<b>2. Outils pour travailler sur le bien vieillir .....</b>	<b>5</b>
<b>3. Outils pour travailler sur la prévention des chutes et l'activité physique.....</b>	<b>8</b>
<b>4. Outils pour travailler sur l'alimentation et la prévention de la dénutrition.....</b>	<b>10</b>
<b>5. Outils pour travailler sur la mémoire.....</b>	<b>11</b>
<b>6. Outils pour travailler sur la santé mentale et l'isolement ....</b>	<b>13</b>
<b>7. Outils pour travailler sur la fin de vie .....</b>	<b>14</b>
<b>8. Outils pour travailler avec les aidants de personnes âgées .....</b>	<b>15</b>
<b>9. Ressources complémentaires .....</b>	<b>16</b>
9.1. Organismes et sites internet éditant des ressources pédagogiques...16	
9.2. Pour aller plus loin : dossiers et bibliographies.....	17
9.3. Bib-Bop, une base de données incontournable en éducation et promotion de la santé .....	18

# PRÉAMBULE

La présente sélection thématique, consacrée à la promotion de la santé des personnes âgées et au bien vieillir, a pour objectifs de :

- proposer une **courte sélection de documents** apportant des données et de la méthodologie ;
- présenter les **outils d'intervention disponibles en prêt** à Promotion Santé Occitanie ;
- rassembler et de donner accès à des **ressources pédagogiques accessibles en ligne** ;
- fournir des **ressources pour aller plus loin** (sites-ressource, bibliographies...).

Au sein de chacune des parties, les références sont classées par type de support (pour le cas des outils) puis par ordre chronologique décroissant de parution et enfin, par ordre alphabétique.

Nous espérons que ce document contribue à mieux vous outiller dans la mise en place de vos projets de promotion de la santé auprès des seniors et jeunes seniors.

Bonne lecture !

# 1. Pour commencer, un peu de littérature...



TOURIGNY André, GERVAIS Mathieu-Joël, MALTAIS Mathieu (et al.), **Créer des conditions favorables à la santé et à la qualité de vie des personnes vieillissantes : un modèle intégrateur**, INSPQ, 2024-01, 47 p.

[Consulter...](#)



**Intervenir auprès des seniors : repères et outils**, Pourbienvieillir.fr, 2024

[Consulter...](#)



[Replay vidéo] Promotion Santé Occitanie, **Webinaire : Prévenir la perte d'autonomie des seniors. Présentations de la «Silver santé study» et du programme Icope**, DRAPPS Occitanie, 2023-12, 91 min.

[Consulter...](#)



GERVAIS Mathieu-Joël, **Un défi pour nos interventions de promotion de la santé : mieux rejoindre les personnes âgées en situation de vulnérabilité. Synthèse rapide des connaissances**, INSPQ, 2023-04, 40 p.

[Consulter...](#)



BOISSET Anne-Marie, CARDIN Christine, DUMAIN Olivier (et al.), **Travail de l'équilibre chez les seniors et les personnes âgées. Manuel pratique – Prévention des chutes**, Ministère de la santé et de la prévention, 2023, 39 p.

[Consulter...](#)



WEBER Dominik, **Promotion de la santé pour et avec les personnes âgées : résultats scientifiques et recommandations pour la pratique**, Promotion santé Suisse, 2022-11, 126 p.

[Consulter...](#)



WEBER Dominik, KESSLER Claudia, **La promotion de la santé des personnes âgées, de réels bénéfices ! Arguments et champs d'action pour les communes et villes**, Promotion santé Suisse, 2022-03, 31 p.

[Consulter...](#)



KESSLER Claudia, RUDOLF VON ROHR Christa, **Consultations pour la promotion de la santé des personnes âgées. Aide à la mise en œuvre pour les acteurs de la promotion de la santé des personnes âgées**, Promotion santé Suisse, 2020-12, 48 p.

[Consulter...](#)



KESSLER Claudia, BOSS Veronika, RUDOLF VON ROHR Christa, **Promotion de la santé psychique des proches aidant·e·s de personnes âgées. Un guide pour la promotion de la santé des personnes âgées**, Promotion santé Suisse, 2019-03, 31 p.

[Consulter...](#)



SOLEYMANI Dagmar, BERRUT Gilles, CAMPEON Arnaud, **Promouvoir la participation sociale des personnes âgées. Dossier**, La Santé en action, n° 443, 2018-03, pp. 8-43

[Consulter...](#)



BARTHELEMY Lucette, BODARD Julie, FEROLDI Julie, **Actions collectives «Bien vieillir». Repères théoriques, méthodologiques et pratiques. Guide d'aide à l'action**, Editions INPES, 2014, 108 p.

[Consulter...](#)

**BIB BOP**

Découvrez davantage de ressources bibliographiques sur la promotion de la santé des personnes âgées dans la **base de données Bib-Bop** :

[Consulter...](#)

## 2. Outils pour travailler sur le bien vieillir



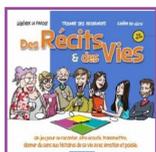
[Exposition] « **Bien vivre chez soi** ». Programme **Log-A'Rythme**, Ireps Bourgogne Franche-Comté, 2019, 9 kakémonos  
[Consulter...](#)



[Jeu] DE FOUCAULD Raphaëlle, BRUGERE Solenne, DE MALGLAIVE Clémence, **2 minutes ... ensemble ! : toutes les générations se connectent !** 7C+, 2018

*Ce jeu de cartes permet à chacun de parler des choses de la vie : les bons moments, le quotidien. Il ouvre le dialogue, développe la parole et l'écoute, et intensifie les liens entre les joueurs. Il peut être utilisé entre adultes et enfants, entre enfants, entre professionnels (pour débiter une formation par exemple). Cet outil est basé sur les principes de la psychologie positive. [Résumé Bib-Bop]*

=> Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.



[Jeu] CHAVELLI Caroline, **Des récits et des vies**, Le comptoir aux histoires, 2017

*Fondé sur des compétences psychosociales et les principes de la thérapie narrative, ce jeu a pour objectif de libérer la parole, de créer du lien et de trouver des ressources en permettant aux participants de se raconter, d'être écouté, de donner du sens aux histoires de leur vie avec émotion et poésie. Il peut être utilisé en groupe ou dans le cadre d'un entretien individuel. L'outil s'adresse à un large public, notamment les personnes âgées, les personnes handicapées, les aidants et les familles. [Résumé Bib-Bop]*

=> Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.



[Jeu] **Les mots de l'âge**, ANPAA Nord-Pas-de-Calais, 2015

*Cet outil d'animation aborde les problématiques liées à la consommation d'alcool, de tabac, de médicaments psychotropes ou de jeux d'argent et de hasard chez les seniors. Il vise à développer les possibilités de chacun à s'épanouir autrement qu'en ayant recours aux substances psychoactives. Il permet de favoriser l'expression, de garder ou développer la capacité à garder une bonne estime de soi, à trouver des plaisirs dans sa vie, à rompre l'isolement et favoriser le lien social, à prendre du recul par rapport à ses préoccupations, à renforcer la capacité à trouver des solutions aux difficultés et à demander de l'aide. [Résumé Bib-Bop]*

=> Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.



[Jeu] **50 + à vos projets ! Pensez plus tôt à plus tard**, Fondation Roi Baudouin, 2014

Public(s) : Tout public

*Ce jeu stimule la réflexion et le dialogue autour des projets de vie. Utilisé en famille, entre amis, entre personnes du même âge ou de générations différentes, il permet de 'penser plus tôt à plus tard', sans dramatiser, de manière positive et constructive. Présenté sous la forme d'un jeu de carte, il permet d'aborder les thèmes suivants : le logement, la carrière, la santé, les activités, le budget et la fin de vie. [Résumé Bib-Bop]*

=> **Disponible en prêt à Toulouse.**



[Jeu] Pôle personnes âgées, personnes handicapées de la Métropole de Lyon, **La Tablée. Un jeu de cartes pour échanger autour de situations du quotidien**, Métropole de Lyon, s.d.

[Consulter...](#)



[Mallette pédagogique] **Campagne mondiale contre l'âgisme. Kit d'outils**,

OMS, 2024, 22 p.

[Consulter...](#)



[Mallette pédagogique] **Diab'Images**, Diabète Occitanie, Sanofi, 2023  
*Imaginé par Diabète Occitanie, Diab'Images est un outil pour l'éducation thérapeutique du patient (ETP) ayant un diabète de type 2. Il a pour objectifs le repérage, la compréhension et l'action vis-à-vis des facteurs qui sont source de variation de la glycémie, dans la vie de tous les jours. Privilégiant l'image plutôt que le mot, cette mallette pédagogique propose trois plateaux assortis de trois paquets de cartes illustrées permettant de travailler respectivement les thèmes de l'équilibre glycémique, de l'hypoglycémie et de l'hyperglycémie. Diab'Images peut s'utiliser avec l'ensemble des patients dans le cadre de séances d'ETP collectives ou individuelles, et convient tout particulièrement aux patients en difficulté ou moins à l'aise avec l'écrit. (Edition financée par Sanofi, contenu conçu par Diabète Occitanie.) [Résumé Bib-Bop]*

=> **Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.**



[Mallette pédagogique] **Isolitude**, Cultures et santé, 2017

[Consulter...](#)



[Mallette pédagogique] **Bonne journée, bonne santé. Dispositif d'intervention en promotion de la santé pour les personnes âgées**,

Santé publique France, 2016

*Ce dispositif fournit aux intervenants en promotion de la santé plusieurs supports pour engager un dialogue de prévention avec les personnes âgées en situation de précarité. Les objectifs de cet outil sont d'établir un échange et favoriser l'acceptation et l'acquisition de comportements protecteurs en entretien individuel ou en atelier collectif. Le dispositif s'articule autour de huit supports qui interagissent et se complètent. [Résumé éditeur]*

=> **Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.**

[Consulter...](#)



[Mallette pédagogique] **Sommeil et vieillissement**, PROSOM, s.d.  
*Ce dossier technique, réalisé dans le cadre d'un programme de prévention initié et développé en région Rhône-Alpes, est un outil permettant de mettre en place des actions visant à améliorer le sommeil des personnes âgées. Il propose deux types de fiches : des fiches d'information destinées à enrichir les connaissances du promoteur d'action sur le sommeil de la personne âgée et sur la méthodologie en éducation pour la santé ; des fiches-outils utilisables dans le cadre même de l'intervention (grille d'analyse d'action, questionnaires, grilles d'observation...). [Résumé Bib-Bop]*

=> Disponible en prêt à Toulouse.



[Ouvrage] ALLEGRE Evelyne, GASSIER Jacqueline, **110 fiches d'animation pour les personnes âgées**, Elsevier Masson, 2019  
*Cet ouvrage, rédigé conjointement par une psychologue et un professeur de STMS, se présente comme une boîte à idées pour aider les professionnels en gérontologie à trouver des réponses renouvelées aux désirs des personnes âgées. Les auteurs précisent que chaque idée est à retravailler et à adapter selon l'institution (EHPAD, MARPA, SSIAD...), le contexte (à domicile) et les attentes des personnes. L'ouvrage est organisé en deux grandes parties. La première apporte des éléments de connaissance sur les personnes âgées, sur la posture de l'animateur et sur la mise en place d'une animation. La seconde partie, la plus dense, rassemble 110 idées d'animations réparties dans trois chapitres thématiques : Prendre soin de soi (activité physique, entretien de la mémoire, soin de l'apparence) ; Créer, se rencontrer, se retrouver (création artistique, expression de soi, restauration de l'identité, activités manuelles) ; Vivre ensemble, se rencontrer (jeux en société, activités conviviales, rencontres et découvertes, autres idées). [Résumé Bib-Bop]*

=> Disponible en prêt à Toulouse.



[Ouvrage] BLONDEEL Dominique, FREROTTE Maïté, **Seniors : le sexe, c'est bon pour la santé ! Avancer en âge et vivre sa sexualité**, Union nationale des mutualités socialistes-service promotion de la santé, 2013, 42 p.

[Consulter...](#)



[Photoexpression] ROCHE Sylvie, **Image de l'âge**, Têatréprouvète, 2004  
*Cette série de 20 photographies a été réalisée dans le cadre de l'exposition «Les 80 ans de ma mère» organisée par le Têatréprouvète. Le but annoncé de cette exposition et plus particulièrement de ces images était d'exprimer que «les personnes âgées nous sont précieuses et nous sommes fiers de les avoir». Au delà de son aspect esthétique, cette série de photographies peut être utilisée comme un photoexpression pour aborder avec des adultes des sujets liés à la vie quotidienne ou à l'état psycho-social par exemple. [Résumé Bib-Bop]*

=> Disponible en prêt à Toulouse.



[Podcast - Série] **Même pas mort !** - Petits frères des pauvres

[Consulter...](#)



[Vidéos – Série] **On ne finit jamais de fricoter. Chroniques olé olé pour personnes âgées (mais pas que !)**, Promotion Santé Bretagne, 2022, 10 épisodes.

[Consulter...](#)



[Vidéos] **Série « Les Zastuces »**, Pourbienvieillir.fr, s.d.

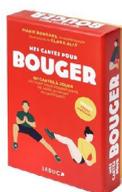
[Consulter...](#)



Consultez les notices descriptives d'autres outils sur la santé à destination des personnes âgées dans la **base de données Bib-Bop** :

[Consulter...](#)

### 3. Outils pour travailler la prévention des chutes et l'activité physique



[Jeu] BONGARS Marie, ALLY Clara, **Mes cartes pour bouger. 60 cartes à jouer qui vont vous donner envie de faire du sport au quotidien**, Leduc, 2023

*Ce jeu de 60 cartes contient des exercices à tirer au sort et des routines à composer soi-même. Il invite à bouger de 10 à 30 minutes par jour. Les 45 cartes d'exercices comprennent : le dessin de l'exercice et les muscles sollicités ; le descriptif des mouvements à réaliser ; des indications pour réaliser l'exercice efficacement et sans douleur ; le niveau de difficulté de 1 (facile) à 3 (difficile) étoiles ; des demi-niveaux de difficulté sont proposés pour certains exercices. En complément : 5 cartes 'répétition' ; 5 cartes 'série' ; 5 cartes 'surprise'. [Résumé Bib-Bop]*

=> Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.



[Mallette pédagogique] SAUGERON Benoît, SONNIER Pierre, **PLANETE Promouvoir l'Activité physique en Education Thérapeutique**, CRES Provence-Alpes-Côte d'Azur, ARS Provence-Alpes-Côte d'Azur, 2020

*Cet outil permet de promouvoir la pratique d'une activité physique adaptée et régulière auprès des patients en éducation thérapeutique, quelle que soit la pathologie concernée. Il propose des activités pour renforcer les savoirs et compétences du patient menant à la pratique d'une activité physique adaptée autour de 4 axes : identifier les freins et se motiver ; renforcer ses connaissances ; choisir une activité physique et y accéder ; planifier sa pratique. Pour chaque axe, des compétences sont identifiées et renvoient sur les fiches pédagogiques et les supports adaptés. L'intégralité du contenu de la mallette est téléchargeable. [Résumé Bib-Bop]*

=> Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.

[Consulter...](#)



[Matériel de démonstration] **Activator**, IPCEM, 2013  
*Cet outil permet au patient, avec l'aide du soignant, d'identifier les avantages et les freins qu'il entrevoit à la pratique d'une activité physique et de concevoir une stratégie permettant de débiter, reprendre, maintenir une activité physique. [Extrait du résumé IPCEM].*

=> **Disponible en prêt à Toulouse.**



[Ouvrage] HUCHETTE Antony, CEULEMANS Eglantine, BOISSON Didier (et al.), **Drôles d'anniversaires**, FNATH, 2013, 24 p.

[Consulter...](#)



[Ouvrage] A.P.A. **Activité Physique Adaptée**, CoActis Santé, SantéBD.org, s.d.

[Consulter...](#)



[Vidéo] **Exercice physique adapté**, Groupe Insuffisance Cardiaque et Cardiomyopathies, 2021-03-25, 10min17

[Consulter...](#)



[Vidéos] **10 min d'exercice physique par jour pour les seniors**, Senioriales résidences seniors, 2020-03-30, 6 vidéos.

[Consulter...](#)

**BIB BOP**

Consultez les notices descriptives d'autres outils sur la prévention des chutes et l'activité physique des personnes âgées dans la **base de données Bib-Bop** :

[Consulter...](#)

## 4. Outils pour travailler sur l'alimentation et la prévention de la dénutrition



[Exposition] BELLE-ANNE Lise, MASROUBY Maurine, VASSIEUX Laetitia (et al.), **Cuisine du terroir : Prévenir la dénutrition**, IREPS Bourgogne Franche-Comté, ARS Bourgogne - Franche-Comté, 2023, 15 panneaux  
[Consulter...](#)



[Jeu] Pôle personnes âgées, personnes handicapées de la Métropole de Lyon, **La Tablée. Un jeu de cartes pour échanger autour de situations du quotidien**, Métropole de Lyon, s.d.  
[Consulter...](#)



[Jeu] Pôle personnes âgées, personnes handicapées de la Métropole de Lyon, **Le Mixeur. Un jeu de cartes pour aborder l'équilibre alimentaire**, Métropole de Lyon, s.d.  
[Consulter...](#)



[Ouvrage] PATOIS Céline, GALLAY Myriam, **Le plaisir dans l'assiette. Personnes âgées en perte d'autonomie**, Centre de recherche de l'Institut Paul Bocuse, 2019-12, 40 p.  
[Consulter...](#)



[Ouvrage] **Mon livret de recettes**, UDIHR, AFDN, 2015, 44 p.  
[Consulter...](#)



[Ouvrage] BAUER Rebecca, RICHEZ Adeline, **La cuisine pour tous ! Des recettes de tous les jours accessibles à tous**, Signe de sens, s.d., 66 p. *Cet ouvrage propose 10 recettes illustrées étape par étape. En langage facile à lire et à comprendre, avec des mesures simplifiées, en gros caractère, l'objectif de cet outil est de permettre à des personnes ayant des difficultés de langues ou de compréhension de pouvoir, en autonomie, confectionner ces recettes. [Résumé Bib-Bop]*

=> Disponible en prêt à Toulouse.



[Ouvrage] BAUER Rebecca, RICHEZ Adeline, **La cuisine pour tous ! Des recettes de tous les jours accessibles à tous. Tome 2**, Association les Zigs, 2019, 68 p. *Cet ouvrage propose 9 recettes illustrées étape par étape, de l'entrée au dessert. En langage facile à lire et à comprendre, avec des mesures simplifiées, en gros caractères, l'objectif de cet outil est de permettre à des personnes ayant des difficultés de langues ou de compréhension de pouvoir, en autonomie, confectionner ces recettes. Il a reçu le «Logo européen Facile à lire Inclusion Europe». [Résumé Bib-Bop]*

=> Disponible en prêt à Toulouse.



[Ouvrage] **Boîte à outils. Prévention de la dénutrition chez les seniors**, Maison de la nutrition de Champagne-Ardenne, s.d., 60 p.

[Consulter...](#)

**BIB BOP**

Consultez les notices descriptives d'autres outils à destination des personnes âgées dans la **base de données Bib-Bop** :

[Consulter...](#)

## 5. Outils pour travailler sur la mémoire



[Jeu] **Ça sert à quoi ?** France Alzheimer, EDICONSO, 2011  
*Ce jeu s'adresse aux personnes ayant des troubles de la mémoire. Il peut s'utiliser de différentes manières : faire parler les participants ou leur faire raconter des histoires à partir d'une ou plusieurs cartes, l'utiliser comme un jeu de 7 familles, en associant plusieurs cartes ou encore en jeu de loto (nécessite la confection d'un plateau de jeu).*  
[Résumé Bib-Bop]

=> Disponible en prêt à Toulouse.



[Mallette pédagogique] CORNU-LEYRIT Annie, **Stimulation cognitive de la personne âgée non pathologique. Animation de groupes en institution et entraînement individuel**, De Boeck supérieur, 2016  
*Ces fiches permettent non seulement d'entretenir les connaissances des personnes âgées, mais aussi de stimuler de façon ludique les fonctions cognitives suivantes : le langage, la mémoire, sémantique, la mémoire visuelle, la mémoire verbale, la mémoire de travail, la mémoire épisodique, les fonctions exécutives, le raisonnement, l'attention visuelle, la fluence verbale.* [Résumé éditeur]

=> Disponible en prêt à Carcassonne.



[Photoexpression] MENU Martine, MEUNIER Bertrand, **Grandes photos pour parler et cogiter**, Cit'inspir, 2019

*Cet outil à destination d'un large public se compose d'un ensemble de 40 photographies couleur et de 40 fiches-activités correspondant à chaque photo. Chaque fiche propose 7 pistes d'activités, de réflexion et de conversation : « Pistes pour parler », où on demande d'observer la photo ; « Pistes pour cogiter », il s'agit de voir si, des phrases sont adaptées à la photographie ; « Et vous ? », qui permet de voir si le participant peut établir des liens entre le thème de la photo et son propre vécu ; « Quel titre ? », une activité où l'on peut attribuer un titre à la photo ; « Pistes pour se rappeler », qui travaille la mémoire visuelle (qu'est-ce qu'il y avait sur la photographie ?) ; « Pistes pour rebondir », où on demande de rechercher des mots plus conceptuels, plus abstraits que des phrases, qui peuvent correspondre à la photo ; Et enfin, « Pistes pour (re)sentir », qui demande, pour les participants qui le souhaitent, de voir s'ils peuvent établir des liens entre le thème de la photo et des souvenirs sensoriels. Cet outil pourra être utilisé dans un cadre thérapeutique, lors d'un atelier-mémoire ou plus généralement en animation classique de photo-expression. [Résumé Bib-Bop]*

**=> Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.**

**BIB BOP**

Consultez les notices descriptives d'autres outils sur la mémoire dans la **base de données Bib-Bop** :

[Consulter...](#)

## 6. Outils pour travailler sur la santé mentale et l'isolement



[Jeu] BONIWELL Ilona, MARTIN Patricia, **Cartes de pleine conscience**, POSITRAN, 2020  
*Destinées aux débutants et amateurs comme aux personnes expérimentées ou aux professionnels du domaine, ces 64 cartes de pleine conscience, illustrées à l'aquarelle, ont été conçues pour les accompagner et enrichir leurs pratiques quotidiennes en offrant une large palette d'interventions et d'exercices qui s'adaptent à tous les types d'activités. Chaque carte conseille sur la durée approximative de l'exercice, ce dernier étant accompagné d'informations utiles et de conseils pratiques. [Résumé Bib-Bop]*

=> Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.



[Mallette pédagogique] **10 pas pour la santé mentale**, Femmes-Tische, 2020  
*Ce set d'animation suisse aborde le thème de la santé mentale. Il permet à un groupe d'engager la discussion sur cette thématique. [Résumé Bib-Bop]*

=> Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.



[Mallette pédagogique] **Isolitude**, Cultures et santé, 2017  
[Consulter...](#)



[Photoexpression] **Photo-Expression : Atelier sociolinguistique « Accès à la santé »**, Ville d'Ivry-sur-Seine, 2023  
[Consulter...](#)



[Photoexpression] **Photo expression / thématique vie sociale**, Plateforme ETP Alsace, 2018  
[Consulter...](#)



[Photoexpression] OLIVO Catherine, **Art-langage : bien-être, mal-être**, CRES Languedoc-Roussillon, 2008  
Public(s) : Tout public  
*Ce photoexpression propose aux participants d'exprimer leurs émotions face à des œuvres d'art. L'œuvre constitue alors le support d'expression de leurs émotions, qu'il s'agisse de bien-être ou de mal-être. [Résumé Bib-Bop]*

=> Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.



[Vidéo] Berner Gesundheit – Santé bernoise, **Prenez soin de vous, pour vous et votre entourage. Vidéo en 11 langues sur la santé mentale**, Croix-Rouge Suisse, 2018, 2min48  
[Consulter...](#)

**BIB BOP**

Consultez les notices descriptives d'autres outils sur la santé mentale et l'isolement dans la **base de données Bib-Bop** :  
[Consulter...](#)

## 7. Outils pour travailler sur la fin de vie



[Jeu] Fédération Jusqu'à la mort accompagner la vie (JALMALV), **A vos souhaits**, Presses universitaires de Grenoble (PUG), 2018

*Le jeu «A vos souhaits» est un outil de communication pour permettre l'expression des souhaits de fin de vie. Il permet à la personne en fin de vie, en classant les cartes proposées, d'énoncer ses demandes, anticiper et établir des priorités. Il aide également à formaliser et transmettre ses souhaits aux proches, aux soignants et aux familles.*  
[Résumé Bib-Bop]

=> Disponible en prêt à Toulouse.



[Jeu] DE DINECHIN Blandine, Kamino. **Chemins du deuil**, Fédération couples et familles, s.d.

*Ce jeu de l'oie thérapeutique permet d'aborder le deuil. Il invite les participants à sortir ensemble de la douleur et du repli sur soi après un décès par l'écoute et l'échange.* [Résumé Bib-Bop]

=> Disponible en prêt à Toulouse.



[Ouvrage] **Les soins palliatifs. Accompagner la vie jusqu'au bout. Le cahier de l'aidant.e, de la famille et des amis**, Maison Médicale Jeanne Garnier, 2022-10, 27 p.

[Consulter...](#)

## 8. Outils pour travailler avec les aidants de personnes âgées



[Jeu] **Super Zaidan ! Soutien aux aidants familiaux**, MSA Loire-Atlantique – Vendée, 2013

*Ce jeu de plateau vise à sensibiliser un large public à la question de «l'aide aux aidants» et à faire connaître les soutiens possibles. L'objectif est de favoriser la prise de conscience du statut d'aidant, d'offrir un moment d'échange et de partage autour d'expériences de la fonction d'aidant familial, d'amener à mieux comprendre l'importance de penser à soi en s'accordant des temps de repos lorsqu'on est aidant, mais aussi et surtout de permettre d'identifier les différents interlocuteurs pouvant apporter écoute, soutien et accompagnement. [Résumé Bib-Bop]*

=> Disponible en prêt à Toulouse.



[Ouvrage] **Guide conseils et astuces pour les aidants familiaux des personnes âgées du département de la Vienne**, IREPS Poitou-Charentes, 2012, 36 p.

[Consulter...](#)



[Sites internet] **Aidants : 6 plateformes numériques pour former et soutenir les aidants avec le numérique**, CNSA, 2023-12-13

[Consulter...](#)

**BIB BOP**

Consultez les notices descriptives d'autres outils sur les aidants dans la **base de données Bib-Bop** :

[Consulter...](#)

## 9. Ressources complémentaires

### 9.1. Organismes et sites internet éditant des ressources pédagogiques



Agoralude est une plateforme qui propose un catalogue de jeux adaptés aux personnes âgées. Il peut s'agir de jeux cognitifs, sensoriels, de loisirs créatifs, de matériel pour travailler la motricité et la gym douce...

<https://www.agoralude.com/>



#### **Culture & Santé**

Culture & Santé est une association sans but lucratif de promotion de la santé, d'éducation permanente et de cohésion sociale, située à Bruxelles et active en Belgique francophone. Elle a pour but de contribuer à la promotion de la santé des populations dans une perspective d'émancipation et de réduction des inégalités sociales. Elle propose dans ce cadre de nombreuses ressources bibliographiques et pédagogiques qu'elle publie sur son site internet, la plupart étant librement téléchargeable.

<https://www.cultures-sante.be/>



#### **Pour bien vieillir** – L'assurance retraite, Agirc-arrco, MSA, CNRACL

Edité par les caisses de retraite en partenariat avec Santé publique France, le site internet « Pour bien vieillir » propose de nombreuses ressources (informations, quiz, vidéos...) à destination des personnes âgées et des professionnels du bien vieillir.

<https://www.pourbienvieillir.fr/>

## 9.2. Pour aller plus loin : dossiers et bibliographies



### **Bulletin trimestriel des parutions documentaires en EPS/PS** – Promotion Santé Occitanie (4 fois/an)

*Les documentalistes de Promotion Santé Occitanie effectuent une veille documentaire permanente dans les champs de la promotion de la santé, de la prévention et de l'éducation pour la santé, en lien avec des thématiques de santé diverses, dont la santé mentale et les compétences psychosociales.*

[Consulter...](#)



### **Outils d'intervention en santé mentale. Sélection de ressources**, Promotion Santé Occitanie, 2024-12, 18 p.

[Consulter...](#)



### **Bibliographie Santé des personnes âgées**, FNORS, 2023-12, 3 p.

[Consulter...](#)



### CAMBON Marjorie, **Repérage de la fragilité des personnes âgées à domicile. Bibliographie commentée**, Promotion Santé Occitanie, 2023-09, 26 p.

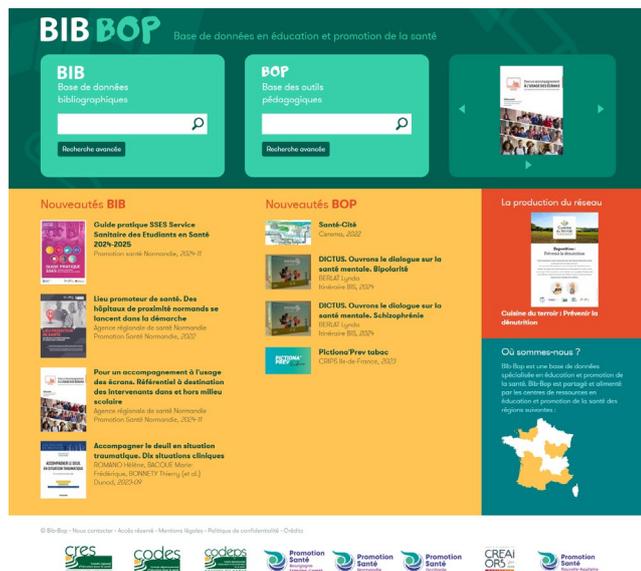
[Consulter...](#)



### SIZARET Anne, **Santé mentale et vieillissement. Dossier documentaire**, Ireps Bourgogne Franche-Comté, 2022-11, 58 p.

[Consulter...](#)

## 9.3. Bib-Bop, une base de données incontournable en éducation et promotion de la santé



**Bib-Bop** est une base de données documentaire nationale rassemblant de la **littérature scientifique et professionnelle** ainsi qu'un **répertoire d'outils d'intervention** dans le champ de l'éducation et de la promotion de la santé.

Elle signale les **documents et outils disponibles en prêt** dans les différents centres de ressources contributeurs de la base, mais également de **nombreuses ressources accessibles en ligne** dans leur intégralité : articles, rapports, malettes et jeux à éditer soi-même, vidéos...

Bib-Bop rassemble deux bases en une :

- **BIB = Base de données bibliographique** (littérature scientifique et/ou professionnelle) dans le champ de l'éducation et de la promotion de la santé (EPS/PS)
- **BOP = Outils pédagogiques** (malettes, jeux, photoexpression, matériel de démonstration vidéos...) sur diverses thématiques de santé, pour travailler auprès de public variés (enfants, adolescents, adultes, personnes âgées, populations vulnérables/migrants, personnes en situation de handicap...)

### TUTORIEL

#### Comment ne voir que les ouvrages et les outils d'intervention empruntables auprès des centres de ressources de Promotion Santé Occitania ?

Dans la recherche avancée (de **BIB** comme de **BOP**), allez en bas de page et cochez la ou les cases correspondant aux centres de ressources de Promotion Santé Occitania (et non la case générale « Occitania », qui inclut les fonds d'organismes indépendants). Puis lancez normalement votre recherche.

#### Comment ne voir que des ressources accessibles en ligne ?

Dans la recherche avancée (de **BIB** comme de **BOP**), cochez « Oui » dans le champ « Disponible en ligne » avant de lancer normalement votre recherche. N'oubliez pas de décocher la localisation afin que la recherche se lance dans la base entière.

# SÉLECTION DE RESSOURCES : OUTILS D'INTERVENTION EN PROMOTION DE LA SANTÉ À DESTINATION DES SENIORS ET JEUNES SENIORS

## Promotion Santé Occitanie



## Service documentaire



05 61 77 87 23



[documentation@promotion-sante-occitanie.org](mailto:documentation@promotion-sante-occitanie.org)



[promotion-sante-occitanie.org](http://promotion-sante-occitanie.org)

CENTRE DE RESSOURCES  
DOCUMENTAIRES RÉGIONAL DE  
PROMOTION SANTÉ OCCITANIE

Hôpital La Grave  
Cité de la Santé - Place Lange  
31059 TOULOUSE



**Promotion  
Santé**  
Occitanie