

## SANTÉ

### Des bilans de santé gratuits pour les plus de 50 ans

Mis en ligne le **jeudi 10 décembre 2020**

Parce que bien vieillir ne s'improvise pas, la ville de Brest a souhaité mettre à la disposition des habitants un centre de prévention en santé. Des bilans complets y sont dispensés, pour les personnes de 50 ans et plus.



A l'heure de la cinquantaine, et alors même que l'espérance de vie s'affiche en augmentation dans la population française, il peut être bon de faire le point, pour s'assurer de bien vieillir ! Depuis le début de l'année, un centre de prévention basé à la résidence autonomie Poul ar Bachet, à Brest, propose des bilans de santé ouverts à tous et gratuits, à partir de 50 ans.

« *Il s'agit bien là de l'illustration de l'ambition de la ville de Brest dans le domaine du bien vieillir : nous gardons une volonté forte de continuer à agir pour l'amélioration de la qualité de vie et le bien-être des Brestoïses, à tous les âges de la vie* », pose Mathilde Maillard, adjointe au maire de Brest en charge de la politique du bien vieillir.

### Plus de 130 bilans en un an

Ville amie des aînés. Brest a donc souhaité mettre à disposition de l'Agirc-Arcco des locaux, qui ont permis l'ouverture de ce centre de prévention, où 131 bilans de santé ont été menés depuis le début de l'année. Des bilans complets, ouverts à toutes les personnes volontaires de plus de 50 ans, dans le but de « *préserver les*

capacités et l'autonomie », précise Aude Theaudin, médecin gériatre pour le centre.

## La santé dans toutes ses dimensions

Concrètement, une fois le rendez-vous pris par les intéressés, **une consultation de deux heures est proposée, dont une heure avec une psychologue et une heure avec un médecin.** « *L'idée est vraiment d'aider les personnes à identifier sur quels éléments de vulnérabilité elles pourront agir. Nous voulons rendre les gens acteurs de leur santé* », poursuit le médecin. Ces consultations longues, qui peuvent **au besoin se dérouler par téléphone ou en visioconférence**, visent donc à évaluer la situation de chacun sur différents points tels que le sommeil, les addictions mais aussi la santé cardio-vasculaire, ou la mobilité : « *Il s'agit bien de prendre la santé dans toutes ses dimensions, et d'aider les personnes à mieux se recentrer, en objectivant leur état de santé* », précise Aude Theaudin.

## Des pistes pour bien vieillir

A la suite, le bilan pourra être adressé au médecin traitant si le patient donne son consentement. Des propositions de suivi psychologique individuel ou de parcours de prévention collectifs sur différents thèmes peuvent aussi en découler. Autant de pistes et de solutions pour accompagner le plus grand nombre dans une prise en main de leur avenir : « *L'allongement de l'espérance de vie est une chance pour la société. Mais l'enjeu est bien le vieillissement en bonne santé, et c'est pour cela que nous avons souhaité mettre à disposition les locaux de Poul ar Bachet, pour un centre ouvert à tous et gratuit* », indique Mathilde Maillard. Accessibles sur rendez-vous, les bilans ont vocation à se multiplier : « **Nous avons la volonté de voir diminuer les inégalités, notamment pour les personnes précaires.** Nous allons donc travailler dans les quartiers prioritaires de la ville, notamment, afin que les acteurs associatifs et les structures de quartier puissent faire connaître ce centre de prévention », souligne Frangan Valentin-Leméni, adjoint au maire de Brest en charge de la promotion de la santé.



Pour prendre rendez-vous, trois possibilités : par téléphone au 02 99 92 25 25 ; en se rendant sur [www.centredeprevention.com](http://www.centredeprevention.com) ou par [mail](#)

Partager cet article

-  Facebook
-  Twitter
-  E-Mail
-  Viadeo
-  LinkedIn
-  Pinterest



 RETOUR À LA LISTE

NOUS CONTACTER

Vous n'avez pas trouvé l'information que vous cherchiez dans cette page ?



Consultez notre foire aux questions



Ecrivez-nous

**Brest**  
MÉTROPOLE & VILLE

**HÔTEL DE METROPOLE**

24, rue Coat-ar-Guéven - CS 73826  
29238 BREST CEDEX 2  
Tel. : 02 98 33 50 50  
[www.brest.fr](http://www.brest.fr)

Accueil téléphonique :  
02 98 33 50 50  
Lundi au Vendredi : 8h-18h  
Samedi : 8h30-12h30

**HOTEL DE VILLE DE BREST**

2, rue Frézier - CS 63834  
29238 Brest cedex 2  
Tel. : 02 98 00 80 80  
[www.brest.fr](http://www.brest.fr)

Accueil téléphonique :  
02 98 00 80 80  
Lundi au Vendredi : 8h-18h  
Samedi : 8h30-12h30