Groupe SOS Seniors Reconnu d'utilité publique

ARPAVIE est une association du Groupe SOS

**Info Presse**

**Jarnac, le 22 octobre 2026**

# Au sein du PRP MyARPAVIE de Jarnac, l'activité physique adaptée devient un levier de prévention nutritionnelle et sociale

**Le Pôle de Ressources de Proximité (PRP) MyArpavie de Jarnac**, rattaché à l'Ehpad Le Bois Doucet expérimente une approche qui associe activité physique adaptée, prévention nutritionnelle et repérage précoce des fragilités auprès de personnes de plus de 65 ans vivant à domicile.

**L'ambition est simple** : repérer le plus tôt possible des situations qui peuvent rester invisibles dans les parcours de prévention classiques et agir avant qu'elles ne deviennent des difficultés plus importantes pour les personnes âgées suivies à domicile.

Une démarche rendue possible notamment par la double compétence de **Manon COGNET, enseignante en activité physique adaptée et qualifiée en diététique**. Une complémentarité qui permet d'aller plus loin dans l'accompagnement des seniors : préserver la mobilité et l'autonomie, tout en portant une attention accrue aux apports alimentaires nécessaires au bon vieillissement.

**Repérer les fragilités avant qu'elles ne s'installent**

Dans le cadre des ateliers « Posture – relaxation – bien-être » organisés tous les lundis par Manon, un questionnaire permet, sur la base du volontariat, d'observer les habitudes alimentaires des participants : rythme des repas, hydratation, apports protéiques, difficultés de mastication ou de déglutition, perte de poids ou encore contexte des repas.

En juin 2026, **21 personnes ont participé à cette première évaluation**.

Les résultats de cette étude font notamment apparaître que :

- **61,9 %** des personnes interrogées ne consomment pas régulièrement de produit protéique ou laitier avant ou après leur activité physique adaptée ;
- **52,4 %** ne boivent pas régulièrement 1,5 litre par jour ;
- **33,3 %** prennent deux repas ou moins par jour ;
- **42,9 %** signalent occasionnellement au moins une gêne à la déglutition.

Ces données ne constituent pas un diagnostic de dénutrition mais permettent de repérer des **signaux de fragilité** et d'adapter les actions de prévention.

A la fin des ateliers hebdomadaires ; des « rappels flash » d'une dizaine de minutes sont ainsi proposés autour de sujets concrets comme l'hydratation, les protéines ou l'équilibre des repas. Lorsque cela est nécessaire, un entretien individuel peut être proposé et une orientation vers le professionnel adapté envisagée.

**L'alimentation révèle aussi l'isolement**

L'un des résultats les plus marquants concerne le contexte social des repas : **61,9 % des participants déclarent manger généralement seuls**.

Un chiffre qui fait écho à l'un des enjeux majeurs des PRP : **prévenir l'isolement des personnes âgées vivant à domicile.**

Veuvage, proches éloignés, perte de motivation à cuisiner pour soi… Le repas peut progressivement perdre sa dimension conviviale et conduire à des habitudes alimentaires plus simples ou moins variées.

L'expérimentation montre ainsi l'intérêt d'une approche globale : **observer ce que mange une personne âgée, mais aussi comprendre dans quelles conditions elle mange et vit au quotidien.**

**Un PRP comme point d'appui dans le parcours**

Les personnes accompagnées dans le cadre du PRP ne sont pas nécessairement déjà engagées dans un parcours médico-social. Les activités, organisées dans les salles de la commune, permettent ainsi d'aller à leur rencontre au plus près de leur lieu de vie.

Le dispositif devient alors un **point de repérage et d'orientation**, capable de créer une relation de confiance et de mettre les personnes en lien avec les professionnels adaptés lorsque cela est nécessaire.

Cette proximité peut également contribuer à créer des passerelles avec l'Ehpad voisin Le Bois Doucet. En découvrant progressivement ses professionnels et son environnement, une personne peut mieux connaître les possibilités d'accompagnement proposées sur le territoire. À terme, si le maintien à domicile devient difficile, l'entrée en établissement peut être davantage anticipée et choisie, plutôt que vécue comme une rupture.

À Jarnac, cette expérimentation illustre ainsi une nouvelle vision de la prévention : agir au plus tôt, croiser les expertises et partir des réalités du territoire pour construire des réponses adaptées aux personnes âgées.



Groupe SOS Seniors Reconnu d'utilité publique

ARPAVIE est une association du Groupe SOS

Contacts presse :

carmel.rinaldi-serrie@arpavie.fr – Directrice de la communication et du marketing d'ARPAVIE - 06 68 59 54 23

geraldine.bucci@groupe-sos.org – Directrice de la Communication Groupe SOS Seniors -ARPAVIE

**À propos de l'association Groupe SOS Seniors**

**Chaque personne, quel que soit son parcours de vie, mérite de vieillir dans les meilleures conditions possibles.**

Depuis plus de 10 ans, l'association Groupe SOS Seniors s'engage à défendre et à valoriser la place des personnes âgées dans notre société. Elle fait le choix d'un accompagnement de proximité accessible à toutes et à tous, respectueux des volontés des personnes âgées et adapté à leurs besoins.

L'association Groupe SOS Seniors agit particulièrement pour renforcer le lien social à domicile (cohabitation intergénérationnelle, animation d'habitat partagé, lutte contre l'isolement) et en établissement. Elle fédère plus de 240 établissements et services à travers son activité et celle des associations filialisées dont notamment l'association ARPAVIE qui s'est adossée au Groupe SOS en 2025.

Un réseau plus large, c'est plus de liens, plus de compétences, plus de ressources, plus d'idées et plus d'énergie au service de nos projets associatifs : garantir à chacun.e un accompagnement digne, humain et accessible.

Pionnier dans le secteur du grand âge, notre mission est reconnue d'utilité publique. Elle concilie le bien-être des personnes avec un modèle économique pérenne et non lucratif, en reconnaissant la diversité des besoins individuels et en répondant de manière approfondie aux situations de vulnérabilité. Groupe SOS Seniors est l'une des associations fondatrices du Groupe SOS.

**Mieux vieillir ne doit pas être un privilège.**

**groupesos-seniors.org**