ZOOM PROJET : NUTRIPSY

ACCOMPAGNEMENT DES PROCHES AIDANTS : « ÊTRE BIEN DANS SA TÊTE ET DANS SON ASSIETTE ! »

1 CONTEXTE

Malakoff Humanis et la Fondation i2ml ont créé le projet «Nutripsy: être bien dans sa tête et dans son assiette» en mars 2023.

C'est l'expérimentation d'un accompagnement individuel et collectif de 5 proches aidants et de leurs proches sur les questions de bien-être et de nutrition vers l'augmentation du capital de leur santé.

2 OBJECTIFS

- Accompagner les bénéficiaires (couple aidant/aidés) de Malakoff Humanis vers une **augmentation de leur capital santé et bien-être**.
- Assurer une alimentation saine et plaisante pour **prévenir la dénutrition.**
- Favoriser **l'entraide** et la **transmission de conseils pratiques** pour mieux accompagner les participants.

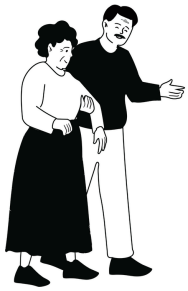
Le manger-main qu'est-ce que c'est ?
Une alimentation sans couvert, sous forme de bouchées gourmandes et enrichies.

3 MÉTHODE & DÉROULÉ

MARS 2023 ➤ DÉC 2023

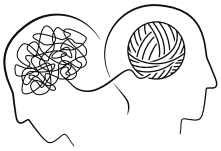
6 mois d'expérimentation & d'accompagnement

➤ **5 binômes**
d'aidants
et de leurs proches



➤ **2 approches**
Approche individuelle
et collective

➤ **2 domaines**
Psychologie sociale et
Nutrition



L'expérimentation fera l'objet d'une évaluation d'impact.

- **Acquisition de connaissances** sur la nutrition et la diététique générale et spécifique aux seniors.
- **Évaluation psychosociale du projet :**
  - Bien-être
  - Mesure du soutien social et émotionnel
  - Habitudes du proche aidant

proches aidants | nutrition | bien-être

i2mi Institut méditerranéen des métiers de la longévité

malakoff humanis
SANTÉ - PRÉVOYANCE - RETRAITE - ÉPARGNE