



Retraités, et + de 60 ans ?

Conférence - échanges

Les clés du bien-être bucco-dentaire

Itinéraires de santé, une association créée par la MSA Alpes du Nord



**POUR Bien
VieilliR**



Ensemble, les caisses de retraite s'engagent



Les dents, la première porte d'entrée pour une bonne santé

Saviez-vous qu'il existe une interaction entre **les dents** et le corps ? Entre la **cavité buccale et les liens sociaux** ? Connaissez vous le rôle de la salive ? Savez-vous que l'on en sécrète 1 litre par jour ?

Ce sont les réponses à toutes ces questions, et bien d'autres, qui vous seront apportées par le Docteur Michaël Parque, chirurgien-dentiste conseil à la MSA Alpes du Nord.

Il vous délivrera également, lors de cette conférence, les clefs du bien-être bucco-dentaire à mettre en œuvre facilement au quotidien.



LES PLUS DE 60 ANS C'EST...

27,7 % de la population française **

* Happyvisio 2024

** Insee, 2024



CONFÉRENCE ANIMÉE PAR :

- Docteur Michaël Parquet, chirurgien-dentiste conseil à la MSA Alpes du Nord.



Bien avec ma santé

CONFÉRENCE / ÉCHANGES

Les clefs du bien-être bucco-dentaire chez les seniors

- Les dents participent au bien-être
- Elles sont un outil d'alimentation
- Elles sont un outil de communication
- Connaître les bonnes habitudes du quotidien



2 brossages par jour
matin et soir
pendant **2 minutes**



L'utilisation d'un
dentifrice fluoré



L'utilisation du **fil**
dentaire ou
de **brossettes**



Une visite au moins **1 fois**
par an chez le **dentiste**,
et ce dès l'âge de 1 an



Une **alimentation**
variée et **équilibrée**

LES RECOMMANDATIONS DE L'UFSBD
POUR UNE BONNE SANTÉ BUCCO-DENTAIRE

Pour en savoir plus
Contactez-nous !



Pôle prévention santé seniors
Responsable du pôle et coordinatrice

Valérie MOREL-PETITJEAN

petitjean.valerie@itinerairedesante-ra.fr

06 99 60 49 48

NOTES

Ateliers gratuits Ouverts à tous les retraités

Qui sommes-nous ?

Une association loi 1901 créée et soutenue depuis 2010 par la MSA (Mutualité Sociale Agricole) des Alpes du Nord et ses partenaires.

Une équipe de salarié·es et de bénévoles qui développent et animent des actions et des services en Santé, Education et Prévention.

Au plus près de chez vous, dans vos communes en Isère, Savoie et Haute-Savoie.



ZA du Grand Verger
20 avenue des
Chevaliers Tireurs
73000 CHAMBERY



Présidente
Anne FUZAT

Responsable
Elsa BONFILS



contact@itinerairesdesante-ra.fr



Itinéraires de santé



Ateliers IDS