

# Questionnaire PROACTIF

**Personne-ressource :** Anik Giguère, [anik.giguere@fmed.ulaval.ca](mailto:anik.giguere@fmed.ulaval.ca)

**Organisations associées :** FRQ-Société et culture, VITAM - Centre de recherche en santé durable, Institut sur le vieillissement et la participation sociale des aînés de l'Université Laval.

**Objectif principal :** Permettre aux personnes de 65 ans et plus de repérer elles-mêmes les risques de déclin fonctionnel, sans recours à un professionnel de la santé, afin d'encourager une prise en charge proactive.

**Population ciblée :** Personnes de 65 ans et plus.

**Besoin cible :** Évaluer les risques de perte d'autonomie pour 10 facteurs de risque: (alimentation, vigueur et mobilité, humeur, mémoire, communication, usage des médicaments, vie sociale, état de santé général, sommeil).

**Modalités de livraison :** Hybride

**Domaine et Niveau de maturité :** Domaine: quelques mots clés. NMT-7 : Validation auprès de 50 personnes âgées avec évaluation clinique, validation de contenu et innocuité du questionnaire. Version améliorée en attente de validation à plus grande échelle.

**Description de l'innovation :** Le questionnaire Proactif propose 21 questions pour évaluer soi-même sa vulnérabilité à neuf facteurs de risque de déclin fonctionnel (alimentation, mobilité, mémoire, humeur).

**Impact attendu:** Favoriser le repérage précoce de la fragilité, renforcer le sentiment d'auto-efficacité et préserver l'autonomie et la qualité de vie des personnes âgées.

**Liens utiles :** <https://www.vieillirensante.ulaval.ca/auto-evaluation/> (Publication scientifique en préparation)