***Partie 1. Évidences de l’approche Remodeler sa vie***

*Chapitre 1 Lifestyle Redesign et essais cliniques de l’USC sur la santé et le bien-être des aînés*

*Chapitre 2 Remodeler sa vie : fondements conceptuels*

*Chapitre 3 Évaluation des besoins*

*Chapitre 4 Méthodes d’implantation*

*Chapitre 5 Résultats et financement*

***Partie II : Modules d’intervention du programme Remodeler sa vie***

*Module 1 Occupation, santé et vieillissement*

*Module 2 Mobilité dans la communauté : transport et occupation*

*Module 3 Déterminants de la longévité : différents types d’activités*

*Module 4 Gestion du stress et de l’inflammation*

*Module 5 Repas et alimentation*

*Module 6 Temps et occupation*

*Module 7 Sécurité à domicile et dans la communauté*

*Module 8 Relations interpersonnelles et occupation*

*Module 9 Épanouissement*

*Module 10 Utilisation du système de santé et de services sociaux*

*Module 11 Hormones, vieillissement et sexualité*

*Module 12 Mettre fin à un groupe : finaliser les Plans d’engagement personnel*