



BRETAGNE



Conférence des Financeurs
de la Prévention de la Perte d'Autonomie
des Côtes d'Armor



L'AUTONOMIE EN ACTION
Vers une dynamique territoriale de prévention
de la perte d'autonomie

CAHIER DES CHARGES

APPEL A PROJETS COMMUN 2021

-Du 11 janvier au 14 février-

Mise en œuvre d'actions de prévention
de la perte d'autonomie des
personnes âgées vivant à domicile ou en EHPAD
et d'actions de soutien
aux proches aidants

VOLET 1 - CAHIER DES CHARGES

1.CONTEXTE

2.OBJECTIFS TRANSVERSAUX

3.MODALITES D'INTERVENTION ET POPULATION CIBLE

4.THEMATIQUES

5.CRITERES D'INSTRUCTION

6.FINANCEMENT

7.ECHEANCIER-EVALUATION

8.INFORMATIONS COMPLEMENTAIRES

1. CONTEXTE

Dans un contexte de fort accroissement des personnes de 60 ans et plus dans la population totale des Côtes d'Armor, l'objectif est de pouvoir retarder le plus possible l'âge de l'entrée dans la dépendance. C'est un enjeu majeur pour notre territoire.

La **Conférence des Financeurs de la Prévention de la Perte d'Autonomie** des personnes âgées est l'un des dispositifs phares de la loi n° 2015-1776 du 28 décembre 2015 relative à l'Adaptation de la Société au Vieillessement (ASV). Le public visé par la conférence est donc celui des **60 ans et plus ainsi que leurs aidants**.

La Conférence des Financeurs a pour objectif de **coordonner les financements de la prévention de la perte d'autonomie** autour d'une **stratégie départementale et collective**, opérationnelle et financière.

Les financements de ces actions de prévention sont assurés par divers acteurs institutionnels : caisses de retraite, de sécurité sociale, de retraite complémentaire, mutuelles, collectivités territoriales, les agences publiques...

Pour 2021, la Conférence des Financeurs 22, le Conseil Départemental 22, l'association « Pour bien vieillir Bretagne », association portée par l'inter-régime (CARSAT, MSA, CNRACL, Ircantec), et l'ARS Bretagne ont décidé de lancer un appel à candidatures commun permettant de renforcer l'impact et la visibilité des offres de prévention existantes, tout en assurant une simplification des démarches pour les promoteurs.

Les projets devront prendre en compte que ces financements ne sont pas pérennes.

Cet appel à candidatures s'inscrit dans la limite des crédits 2021 disponibles pour chacun des financeurs.

2. OBJECTIFS TRANSVERSAUX

- Repérer les différentes fragilités et les risques de perte d'autonomie ainsi que leur aggravation.
- Recenser les initiatives locales.
- Coordonner les programmes afin de cibler le bon public, au bon endroit, au bon moment.
- Mobiliser la recherche et les expertises qui soutiendront les décisions publiques à venir.
- Évaluer les compétences professionnelles à développer et les nouveaux métiers.

3.MODALITES D'INTERVENTION ET POPULATION CIBLE

Le caractère collectif des actions de prévention qui devront être déployées en Côtes d'Armor doit être pris en compte. Ces actions collectives (ateliers ou conférences, ponctuels ou cycliques...) doivent permettre de stimuler l'autonomie tout en créant du lien social. Le présent appel à projets souhaite promouvoir des actions de nature à construire des réponses adaptées, innovantes et concertées aux fragilités réversibles et irréversibles des 60 ans et plus. Le contexte sanitaire entraîne des modifications d'éligibilité d'actions. Les nouveaux critères sont présentés dans la partie n°5 de ce cahier des charges.

4. THEMATIQUES

(cf. annexe 1)

1-PREVENTION SANTE

A- Souffrance psychique :

Toutes actions de prévention de la dépression, repérage du suicide : l'accueil, l'écoute, et le soutien psychologique de la personne âgée, par l'intervention de psychologues

B- Nutrition :

a- Toutes actions de sensibilisation et d'information sur la dénutrition à destination des personnes âgées, en organisant des temps d'échanges et de conseils avec les professionnels et des ateliers de dégustation

b- Toutes actions participant à maintenir et prévenir les effets du vieillissement sur la santé des personnes âgées

c- Toutes actions de sensibilisation au repérage et à la prévention de la dénutrition pour les personnes en interaction avec les personnes âgées, notamment les aidants familiaux et les auxiliaires de vie des services à la personne.

d- Toutes actions combinant des ateliers nutritionnels et des ateliers d'activité physique à destination de groupes de personnes âgées fragilisées.

C- Activité physique adaptée :

a- Toutes actions participant à maintenir et prévenir les effets du vieillissement sur la santé des personnes âgées

b- Toutes actions d'activité physique adaptée à destination des personnes âgées atteintes de maladies chroniques ou sédentaires sans limitation fonctionnelle, souhaitant s'initier ou reprendre une AP, (APA ayant fait l'objet d'une signature de charte SSBE malades chroniques ou de la charte SSBE/Forme Santé)

c- La création de Parcours d'activité santé seniors dans les espaces d'échanges entre personnes âgées (foyers, clubs de 3ème âge...). L'utilisation du PASS devra respecter les principes de régularité, de durée des séances (plusieurs séances hebdomadaires d'au moins une heure chacune) et d'encadrement par un professionnel formé à l'activité physique adaptée pour personnes âgées (uniquement pour les publics des personnes âgées vivant à domicile, hors EHPAD)

d- L'achat de matériel et équipements collectifs favorisant la mobilité des personnes âgées au cours de séances d'activité physique encadrées par un professionnel formé, NB. Pour l'acquisition de matériel, le financement sera accordé à hauteur de 5000 € maximum. La structure devra valoriser l'utilisation du matériel dans le cadre d'un projet plus global et organisé en faveur de la mobilité et du bien-être de la personne âgée. Les personnes âgées bénéficiaires des actions seront prioritairement en GIR 3, GIR 4, GIR 5 ou GIR 6. (uniquement pour les publics des personnes âgées vivant à domicile, hors EHPAD)

D- Equilibre, Sommeil, Mémoire, Bien-être, Déficiences sensorielles, Préparation à la Retraite, Bien vivre sa retraite :

Toutes actions participant à maintenir et prévenir les effets du vieillissement sur la santé des personnes âgées

2- ACCES AUX DROITS ET A LA VIE SOCIALE

A- Accessibilité

Toutes actions de sensibilisation auprès des collectivités locales aux enjeux d'une meilleure accessibilité et d'une ville plus accueillante pour les seniors.

B- Information/Sensibilisation

Toutes actions permettant d'améliorer la connaissance des droits et des structures relais pour les personnes âgées en situation de précarité et d'isolement (en milieu rural ou urbain, gens du voyage...) leur famille et les aidants.

Toute action facilitant l'accès au numérique des personnes âgées

C- Lutte contre l'isolement

Toutes actions permettant de lutter contre l'isolement à domicile et en établissement, à partir des expériences existants (MONALISA...).

3- SOUTIEN AUX AIDANTS FAMILIAUX

Toutes actions de soutien psychologique (groupe de paroles), soutien d'accompagnement, protection de la santé des aidants

4- HABITAT

A- Aides techniques :

Toutes actions visant à promouvoir les actions de prévention individuelles pouvant être mises en œuvre à domicile.

B- Logement :

Toutes actions pour accompagner l'adaptation du logement et l'évolution des offres complémentaires (diagnostic d'identification des besoins, promotion des modes d'hébergements alternatifs...)

5. CRITERES D'INSTRUCTION

Éligibilité des actions

1- La Conférence des Financeurs sera attentive à la pertinence globale du projet par rapport aux thématiques citées ci-dessus et aux besoins identifiés du territoire qu'il couvrira.

2- Les **actions devront être gratuites** pour les bénéficiaires (aucune participation financière même forfaitaire ne pourra être demandée par le porteur au bénéficiaire). Aucune vente de produits et de services ou publicité ne peuvent être réalisées dans le cadre du projet déposé.

3- Les actions type ateliers de prévention relevant de l'offre socle inter-régimes sur les thématiques nutrition, mémoire, activité physique adaptée, équilibre/prévention des chutes, adaptation du logement, bienvenue à la retraite, bien vivre sa retraite, sommeil, numérique devront être conformes aux référentiels de bonnes pratiques disponibles sur le site [www.pourbienvieillir](http://www.pourbienvieillir.fr) et dont le récapitulatif figure en annexe 2.

4- Par ailleurs, **les partenariats devront être acquis** pour s'assurer de la réalisation effective des actions. Les communes dans lesquelles se déroulent l'action devront être précisées. La démarche partenariale et/ou de proximité devra être décrite. Une attention particulière sera portée sur les projets positionnés sur les territoires fragiles identifiés par l'Observatoire des Fragilités (<http://observatoiresdesfragilites.fr>).

Pour les **opérateurs d'ateliers de prévention inter-régimes**, le lieu de réalisation des actions financées sera validé par la coordination Pour bien vieillir Bretagne, dans un objectif de maillage du territoire. **Les opérateurs concernés s'engagent ainsi à participer aux réunions de coordination Pour bien vieillir Bretagne.**

5- le tableau récapitulatif des actions financées s'appuie sur des documents de références (dernière colonne). Les actions proposées doivent être conformes à ces documents référencés (référentiels de l'Inter-régime, de la CNSA, de certains partenaires départementaux...). La conférence des financeurs souhaite cependant encourager en 2021 l'innovation sociale. A ce titre des actions innovantes, autres que des ateliers, seront recevables et devront apporter des réponses personnalisées et/ou originales aux besoins des retraités.

Sont éligibles :

- Les actions de prévention collectives visant à soutenir l'autonomie des personnes de 60 ans et plus à domicile, prioritairement celles relevant des GIR 5 et 6 et leurs aidants entrant dans le cadre des thématiques précitées.
- Les actions collectives mises en œuvre par les établissements d'hébergement (EHPAD, Résidence Autonomie...), les services d'aide et d'accompagnement à domicile (SAAD) et les services polyvalents d'aide et de soin à domicile (SPASAD) et les services de soins infirmiers domicile (SSIAD) relevant d'un projet susceptible de s'inscrire dans le cadre des objectifs du schéma Autonomie du Conseil départemental et de la restructuration des SAAD actuellement engagée.
- Les actions individuelles dans le champ de la prévention de la dépression et de repérage du suicide (financement uniquement par l'ARS)

Dans le cadre de la crise sanitaire COVID 19, et à titre dérogatoire, les porteurs de projet peuvent adapter les modalités de réalisation des actions collectives de prévention et proposer notamment des actions individuelles répondant à des besoins liés à **ce contexte exceptionnel**. Il reste important que les actions collectives puissent être reprises dès que possible, sous réserve qu'elles respectent les recommandations sanitaires en vigueur.

Les actions éligibles dans ce cadre sont :

- les actions visant à maintenir un lien social avec des personnes isolées confinées au sein de leur domicile et à leur proposer le cas échéant des conseils de prévention (appels téléphoniques réguliers par exemple).
- les interventions individuelles en présentiel lorsque les actions collectives ne peuvent être organisées en distanciel ou ne permettent pas la participation de l'ensemble des personnes inscrites et sous réserve du strict respect des règles sanitaires en vigueur.

Les besoins identifiés comme les plus prioritaires en période de crise sanitaire sont ceux de la lutte contre l'isolement dont l'accès aux outils numériques, la lutte contre la souffrance psychique, le maintien d'une activité physique adaptée, et la lutte contre la dénutrition.

- L'envoi de documentation de prévention à domicile (jeux, exercices) en complément des interventions ponctuelles au domicile des participants qui le souhaitent.
- Les séances individuelles de formation aux outils numériques en remplacement des actions prévues en collectif.
- Les actions de soutien psychosocial individuelles et ponctuelles pour les proches aidants de personnes âgées en perte d'autonomie résidents en établissement (EHPAD notamment), bien que les proches aidants de personnes vivant à domicile soient prioritaires.
- Le recours aux compétences de psychologue pour du soutien individuel en distanciel auprès de personnes âgées vivant à domicile ou en établissement.

Ne sont pas éligibles :

- Les actions individuelles de santé (prises en charge par l'assurance maladie).
- Les actions dont la réalisation ne peut commencer sur l'année civile 2021.
- les actions de formation de professionnels
- Les actions constitutives de dépenses d'investissement (télémédecine, développement ou achat de logiciel, plateforme internet, matériel numérique...) à l'exception du matériel prévu dans le cadre de la Prévention santé

Porteurs de projet

Tout organisme (de droit privé ou public, association, collectivité, établissement public de coopération intercommunale...) qui **met en place des actions collectives** en lien avec les personnes de 60 ans et plus, peut répondre à l'appel à projets. Les opérateurs doivent avoir une existence juridique d'au moins un an, disposer d'un siège social ou d'une antenne en Bretagne et être en capacité de soutenir économiquement et fonctionnellement le projet.

Les porteurs devront engager leur projet dès 2021 et dans la durée fixée dans le cadre d'une convention financière établie suite à la notification d'attribution de la subvention.

6- FINANCEMENT

La Conférence des Financeurs 22, Pour bien vieillir Bretagne et l'ARS participent au financement du projet sur la base du budget prévisionnel transmis dans le dossier de candidature. Les financeurs privilégieront les porteurs présentant un auto-financement minimum de 20 %.

L'ARS finance uniquement les actions 1 à 8 (cf annexe 1) de l'axe « Prévention santé ». Le public ciblé est les personnes vivant à domicile (et pas en établissement).

Le montant attribué pour chaque projet et la répartition CFPPA/ARS/ PBVB seront validés en séance plénière. Le porteur doit indiquer le montant global de la subvention demandée sans distinguer les sources de financement.

L'ensemble des documents doit être établi au nom du porteur de projet. Les projets finançables peuvent s'inscrire dans un cadre pluriannuel **de trois années maximum** à compter de la notification de la décision et sous réserve du maintien des financements versés par la Caisse Nationale de Solidarité pour l'Autonomie au Département des Côtes d'Armor.

Le responsable légal de la structure s'engage à fournir au Conseil départemental le compte d'emploi de cette subvention : bilan financier, affectation de la subvention par nature de dépenses telles que achat de biens/de services, frais de personnel, de publicité, d'assurance, de location...et les produits et recettes inscrites pour cette action.

7- ÉCHÉANCIER-ÉVALUATION

Suite à l'obtention de la subvention, le porteur de projet est tenu d'adresser avant le **31 mars de chaque année** un bilan de l'action. Un bilan global assorti d'éléments d'analyse est exigé à la fin de la période de conventionnement (qui peut être de 3 années maximum). Ce bilan devra comprendre *a minima* les éléments fixés par le décret n°2016-209 du 26 févr 2016 relatif à la Conférence des Financeurs de la prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées et qui seront fourni dans un formulaire-type au porteur de projet. **Le non-respect des conditions d'octroi implique le remboursement de la subvention.**

Un complément sera demandé pour les ateliers de prévention inter-régimes, Sur ce point, un outil Web report est mis à disposition pour réaliser des évaluations en début de cycle, en fin de cycle et 3 à 6 mois après la fin de l'atelier, en privilégiant ce troisième temps d'évaluation lors d'une séance bilan avec les participants

8. INFORMATIONS COMPLEMENTAIRES

Instructions et décisions

Les décisions prises par la Conférence des financeurs seront validées lors d'une séance plénière qui aura lieu avril 2021. Un mail informant des décisions prises sur le ou les financements octroyés sera envoyé dans les 15 jours suivant cette séance.

Le Département validera les dossiers subventionnés par la Commission permanente de Juin 2021 et notifiera par courrier, avec copie adressée à la Directrice de la Délégation départementale de l'ARS Bretagne et PBVB, sa décision auprès des porteurs. La notification fera l'objet d'une convention et permettra le versement de la subvention.

L'ARS et PBVB notifieront, indépendamment du Département et selon leurs propres procédures, les subventions qu'elles accorderont aux différents projets avec copie adressée à la Présidente de la Conférence des financeurs.

Déploiement des actions retenues

Les financeurs devront systématiquement être informés de la date et du lieu de démarrage de l'action. L'opérateur s'engage à faire mention explicite du soutien de la Conférence des financeurs, l'ARS et PBVB sur tout support de communication, par l'apposition du visuel (qui sera fourni aux porteurs de projet) et dans ses rapports avec les médias.

Composition du dossier

Date limite de candidature :

Dimanche 14 février 2021 à minuit

Le formulaire de candidature est à télécharger sur le site internet du Département : www.cotesdarmor.fr.

Cliquer sur l'onglet « Le Département » et suivre : Publications Réglementaires /Appels à projet

Le dossier est à envoyer en format numérique à l'adresse suivante (de préférence par We Transfer pour les dossiers trop volumineux):

conferencedesfinanceurs@cotesdarmor.fr

Un mail d'accusé de réception du projet sera envoyé au porteur dans les 10 jours suivant la réception du projet par le service instructeur. En l'absence de réponse par mail, le porteur devra prendre contact avec le Conseil Départemental **avant le 17 février. Passée cette date, aucune demande ne sera acceptée.**

ANNEXE 1 : Répartition par financeur des thématiques éligibles à l'AAP Commun 2021

Numéro de typologie d'action	Thème	Sous-Thématique	Descriptif	Actions collectives			REFERENTIELS
				FINANCEMENT APBVB	FINANCEMENT ARS	FINANCEMENT CFPPA/ CD 22 (312 600 €)	
				Public : Uniquement les personnes âgées de plus de 60 ans vivant à domicile (GIR 5 et 6)	Public : Uniquement les personnes âgées de plus de 60 ans vivant à domicile	Public : Personnes âgées de plus de 60 ans vivant à domicile ou en EHPAD	
1	Prévention Santé	Souffrance psychique Prévention de la dépression, Repérage du suicide	Toutes actions mettant en place de l'accueil, de l'écoute, et du soutien psychologique de la personne âgée, par l'intervention de psychologues	-	OUI	OUI	
2	Prévention Santé	Nutrition	Toutes actions de sensibilisation et d'information sur la dénutrition à destination des personnes âgées, en organisant des temps d'échanges et de conseils avec les professionnels et des ateliers de dégustation	OUI	OUI	OUI	Référentiel APBVB « Nutrition »
3	Prévention Santé	Nutrition	Toutes actions de sensibilisation au repérage et à la prévention de la dénutrition pour les personnes en interaction avec les personnes âgées, notamment les aidants familiaux et les auxiliaires de vie des services à la personne (hors SAAD)	-	OUI	OUI	
4	Prévention Santé	Nutrition	Toutes actions combinant des ateliers nutritionnels et des ateliers d'activité physique à destination de groupes de personnes âgées fragilisées. Les ateliers devront se dérouler selon une périodicité définie, et sur un cycle de 3 mois minimum (NB : ces actions seront différentes des « ateliers bien vieillir » portés par Pour Bien Vieillir Bretagne).	-	OUI	OUI	
5	Prévention Santé	Activité physique adaptée	Toutes actions dans le domaine de l'activité physique adaptée participant à maintenir et prévenir les effets du vieillissement sur la santé des personnes âgées	OUI	OUI	OUI	Référentiel APBVB « Activité Physique Adaptée »
6	Prévention Santé	Activité physique adaptée	Toutes actions d'activité physique adaptée à destination des personnes âgées atteintes de maladies chroniques ou sédentaires sans limitation fonctionnelle, souhaitant s'initier ou reprendre une AP, (APA ayant fait l'objet d'une signature de charte SSBE maladies chroniques ou de la charte SSBE/Forme Santé)	-	OUI	OUI	Charte SSBE/ Malades Chroniques Charte SSBE / Forme Santé
7	Prévention Santé	Activité physique adaptée	La création de Parcours d'activité santé seniors dans les espaces d'échanges entre personnes âgées (foyers, clubs de 3ème âge...). L'utilisation du PASS devra respecter les principes de régularité, de durée des séances (plusieurs séances hebdomadaires d'au moins une heure chacune) et d'encadrement par un professionnel formé à l'activité physique adaptée pour personnes âgées	-	OUI	-	
8	Prévention Santé	Activité physique adaptée	L'achat de matériel et équipements collectifs favorisant la mobilité des personnes âgées au cours de séances d'activité physique encadrées par un professionnel formé. NB. Pour l'acquisition de matériel, le financement sera accordé à hauteur de 5000 € maximum. La structure devra valoriser l'utilisation du matériel dans le cadre d'un projet plus global et organisé en faveur de la mobilité et du bien-être de la personne âgée. Les personnes âgées bénéficiaires des actions seront prioritairement en GIR 3, GIR 4, GIR 5 ou GIR 6.	-	OUI	-	
9	Prévention Santé	Prévention globale	Toutes actions participant, dans le domaine de la prévention globale, à maintenir et prévenir les effets du vieillissement sur la santé des personnes âgées	OUI	-	OUI	Référentiel APBVB « Bien vivre sa retraite »
		Equilibre	Toutes actions participant, dans le domaine de la prévention des chutes et de l'équilibre, à maintenir et prévenir les effets du vieillissement sur la santé des personnes âgées	OUI	-	OUI	Référentiel APBVB « Equilibre »
		Sommeil	Toutes actions participant, dans le domaine du sommeil, à maintenir et prévenir les effets du vieillissement sur la santé des personnes âgées	OUI	-	OUI	Référentiel APBVB « Sommeil »
		Mémoire	Toutes actions participant, dans le domaine de la mémoire, à maintenir et prévenir les effets du vieillissement sur la santé des personnes âgées	OUI	-	OUI	Référentiel APBVB « Stimulation cognitive/mémoire »
		Bien-être	Toutes actions participant, dans le domaine du bien-être, à maintenir et prévenir les effets du vieillissement sur la santé des personnes âgées	OUI	-	OUI	Référentiel APBVB « Stimulation cognitive/mémoire »
		Déficiences sensorielles	Toutes actions participant, dans le domaine des déficiences sensorielles, à maintenir et prévenir les effets du vieillissement sur la santé des personnes âgées	OUI	-	OUI	Référentiel APBVB « Stimulation cognitive/mémoire »
10	Accès aux droits	Accessibilité	Toutes actions de sensibilisation auprès des collectivités locales aux enjeux d'une meilleure accessibilité et d'une ville plus accueillante pour les seniors.	-	-	OUI	
11	Accès aux droits	Information/ Sensibilisation	Toutes actions permettant d'améliorer la connaissance des droits et des structures relais pour les personnes âgées en situation de précarité et d'isolement (en milieu rural ou urbain, gens du voyage...) leur famille et les aidants	OUI	-	OUI	Référentiel APBVB « Bienvenue à la retraite »
12	Accès aux droits	Lutte contre l'isolement	Toutes actions permettant de lutter contre l'isolement à domicile et en établissement, à partir des expériences existantes comme MONALISA ou le réseau Bavard'Age	-	-	OUI	Flyer Bavard'âge/ MDD de Lannion Equipe citoyenne Monalisa
13	Soutien aux aidants familiaux	Soutien aux aidants familiaux	Toutes actions de soutien psychologique, soutien d'accompagnement, protection de la santé des aidants	OUI	-	OUI	Référentiel APBVB « Aide aux aidants »
14	Habitat	Aides techniques	Toute action visant à promouvoir les actions de prévention individuelles pouvant être mises en œuvre à domicile	-	-	OUI	Rapport de synthèse transversale de l'appel à projets « Economie circulaire des aides techniques » / CNSA
15	Habitat	Logement	Toutes actions pour accompagner l'évolution des offres complémentaires (diagnostic d'identification des besoins, promotion des modes d'hébergements alternatifs...)	OUI	-	OUI	Référentiel APBVB «Habitat »

Annexe 2 : Récapitulatif des référentiels des ateliers de prévention inter-régimes
Les référentiels inter-régimes sont accessibles sur le site www.pourbienvieillir.fr / Espace Pro / Médiathèque

Thématique	Objectifs	Contenu	Formation des animateurs
Bien Vivre sa Retraite	<p>Sensibiliser à l'importance de suivre un parcours de prévention global :</p> <ul style="list-style-type: none"> - donner aux personnes les clés du mieux vivre et du bien vieillir, - sensibiliser les retraités à leur capital santé - développer et entretenir le lien social 	<p>Une réunion publique d'information ou une conférence et des ateliers de 3 à 7 séances (15 à 20 participants) :</p> <p>Thèmes abordés :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Etre bien dans sa tête : les effets bénéfiques d'exercices de stimulation intellectuelle, de l'entretien de son bien – être mental et physique au quotidien et du maintien du lien social - dans son corps : adopter de bonnes habitudes par une alimentation équilibrée et la pratique d'une activité adaptée - Etre bien chez soi : sensibiliser aux solutions de prévention pour le maintien de l'autonomie, connaître les solutions alternatives au domicile. 	<p>L'animateur devra notamment :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Posséder des aptitudes à pour intervenir sur les thèmes généralistes du « Bien Vieillir » - Avoir une connaissance de la spécificité du public senior - Etre en capacité de recueillir les éléments permettant de réaliser une évaluation de l'action
Stimulation cognitive/Mémoire	<p>Préserver les capacités cérébrales des personnes âgées autonomes en les stimulant</p> <p>Améliorer la qualité de vie et faire face aux petits trous de mémoire de la vie courante</p>	<p>Une réunion publique d'information ou une conférence et des ateliers de 3 à 15 séances de 1H à 2H30 (8 à 15 participants).</p> <p>Les séances doivent comporter :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Des informations sur les fonctions cognitives et leur fonctionnement - Des conseils sur les stratégies à mettre en œuvre dans la vie quotidienne - Des liens avec les autres aspects du bien vieillir pouvant agir sur la mémoire : activités physiques, alimentation, sommeil... 	<p>L'animateur devra avoir suivi une formation spécifique, concernant la prévention santé liée à la thématique des fonctions cognitives chez la personne âgée avec une actualisation régulière des connaissances.</p>

<p>Bienvenue à la retraite</p>	<p>Accompagner les futurs et les nouveaux retraités dans la transition de l'activité professionnelle vers une retraite active et épanouie en s'appuyant sur différentes thématiques :</p> <ul style="list-style-type: none"> - projet de vie, - lien social, - prévention santé. <p>Ces actions doivent permettre aux nouveaux retraités de mieux appréhender leur vie à la retraite, de préserver leur qualité de vie, leur équilibre moral et maintenir le lien social.</p>	<p>Une réunion publique d'information ou une conférence et des ateliers.</p> <p>3 modules socles (1H30 à ½ journée chacun) 15 à 20 participants :</p> <ul style="list-style-type: none"> -Approche psychosociale de la retraite -Les activités et projets, l'importance du lien social -Prendre soin de sa santé <p>2 modules complémentaires :</p> <ul style="list-style-type: none"> -Bien vivre chez soi, confort et économie d'énergie -Démarches administratives et juridiques et connaissance des acteurs associatifs. 	<p>Travailleur social ou animateur prévention</p>
<p>Prévention des chutes : Ateliers équilibre</p>	<p>Diminuer la fréquence, le risque et la gravité des chutes tout en travaillant sur leur dédramatisation</p>	<p>Une réunion publique d'information ou une conférence et des ateliers.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Au moins 12 séances dont 2 séances tests physiques (une initiale et une finale) comportant : appui unipodal, vitesse de marche, time up and go (TUG), test de double tâche, se relever du sol. - Groupe de 8 à 15 personnes <p>L'animateur formule aussi des conseils et recommandations sur des sujets connexes au bien vieillir mais en lien direct avec un bon équilibre : alimentation, chaussage, soin des pieds, aménagement de l'habitat...</p> <p>Un certificat de non contre-indication du médecin est obligatoire.</p>	<p>Diplômés STAPS mention APA / Diplôme équivalent reconnu par l'Etat</p> <p>Diplômés de Kinésithérapeute complété d'une formation et expérience APA avec seniors</p>

<p>Nutrition</p>	<p>Rendre accessible les recommandations nutritionnelles et d'activité physique, protectrices du Bien Vieillir</p>	<p>Une réunion publique d'information ou une conférence et des ateliers de 6 à 10 séances (groupe de 8 à 15 personnes) qui intègrent :</p> <ul style="list-style-type: none"> . les recommandations en alimentation et activité physique, . les rythmes des repas et des activités physiques, . les ressources pour des pratiques en nutrition au quotidien, . La remise d'un guide des recommandations en fin d'ateliers sur les comportements favorables à adopter : activité physique régulière, alimentation équilibrée, bon usage des médicaments, suivi médical régulier, ... 	<p>Conseiller en économie sociale et familiale ou autre diplôme du domaine social</p> <p>Diététicienne</p> <p>Licence en éducation pour la santé</p>
<p>Activités physiques adaptées</p>	<p>Limiter les effets du vieillissement sur la mobilité et prévenir l'apparition de maladies chroniques dans le cadre d'une prévention primaire :</p> <ul style="list-style-type: none"> . améliorer la condition physique, les capacités cardio-respiratoires, la souplesse articulaire . encourager les personnes à pratiquer une activité physique adaptée de façon pérenne et régulière. 	<p>Une réunion publique d'information ou une conférence et des ateliers avec au moins 10 séances encadrées d'une heure et 10 séances en autonomie à domicile de 30 mns, soit au total 20 séances. Groupes de 8 à 15 personnes L'animateur doit veiller à formuler des conseils et des recommandations sur des sujets connexes au bien vieillir.</p> <p>Un certificat médical de non contre-indication du médecin est obligatoire.</p>	<p>Diplômés STAPS mention APA / Diplôme équivalent reconnu par l'Etat</p> <p>Diplômés de Kiné complété d'une formation et expérience APA avec seniors</p>

<p>Habitat</p>	<p>Proposer des ateliers pratiques sur l'adaptation du logement visant à :</p> <ul style="list-style-type: none"> . apporter des conseils pratiques sur les aménagements du domicile, . mettre en situation et tester le matériel, . informer et faciliter le parcours des aides publiques. 	<p>Une réunion publique d'information ou une conférence et des ateliers.</p> <p>- Cycle de 3 à 5 séances de 2 h à 2 h 30 pour un groupe de 8 à 15 personnes.</p> <p>Thèmes abordés :</p> <ul style="list-style-type: none"> -vie quotidienne dans son logement, -aides techniques, -habitat durable, -aménagement du logement et dispositifs d'accompagnement (expertises, financements...). 	<p>Ergothérapeutes ou professionnels avec expériences équivalentes.</p>
<p>Aide aux aidants</p>	<p>Soutenir les aidants sur le plan social, psychologique et relationnel</p> <p>Former les aidants à la prise en charge de la personne aidée</p> <p>Favoriser l'accès au répit des aidants</p>	<p>Groupes de paroles et d'échanges</p> <p>Café des aidants</p> <p>Réunions collectives d'information (dispositifs d'aide, aménagement du logement...)</p> <p>Ateliers de santé et bien-être</p> <p>Séjours de répit</p> <p>Toute autre action collective répondant à des besoins repérés auprès de ce public</p>	<p>Professionnels du médico-social niveau III minimum</p>
<p>Sommeil</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Comprendre les mécanismes du sommeil et les facteurs modulateurs - Identifier la nature des troubles du sommeil, leurs causes et leurs conséquences et détecter le cas échéant, les affections ou pathologies existantes ; - Fournir des repères, des conseils et des recommandations favorisant une bonne hygiène du sommeil ; - Savoir organiser sa journée, son sommeil et son repos en fonction de son rythme de vie. 	<p>Une réunion publique d'information ou une conférence et des ateliers :</p> <p>- Cycle de 6 à 8 séances de 2h à raison d'une séance par semaine</p> <p>Thèmes abordés :</p> <ul style="list-style-type: none"> - les évolutions du sommeil au cours d'une vie - les comportements de sommeil - Causes et conséquences des perturbations du sommeil - Troubles, perturbations du sommeil, orientations - Agenda du sommeil et profil de dormeur - Les bonnes pratiques et conseils pour mieux dormir 	<p>Animateur qualifié pour intervenir sur le thème du sommeil auprès d'un public âgé.</p> <p>Formations conseillées :</p> <p>DU ou DIU sommeil ;</p> <p>Atelier sommeil au cours d'une formation universitaire ;</p> <p>Certificat de formation d'un organisme agréementé (SFRMS, Morphée, etc.).</p>
<p>Numérique</p> <p>Nouveau !</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Comprendre l'importance et les enjeux de l'utilisation du numérique aujourd'hui - Découvrir et utiliser les équipements (tablette, smartphone, ordinateur) ; - Maîtriser l'ensemble des usages de base du numérique : information, 	<p>Une réunion publique d'information ou une conférence et des ateliers.</p> <p>Le parcours est composé de 8 modules socles de 2H00 indispensables à l'apprentissage de l'autonomie numérique et il s'adresse à un groupe de 7 à 10 personnes.</p>	<p>L'animateur devra :</p> <ul style="list-style-type: none"> - maîtriser l'ensemble des compétences numériques nécessaires ; - avoir la capacité à transmettre ses compétences

	<p>sécurité, communication, démarches administratives - Faire émerger de nouveaux projets, de nouvelles envies grâce au numérique ;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Relayer vers les partenaires locaux capables de fournir une aide ponctuelle à l'utilisation du numérique 	<p>Les enseignements délivrés :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Connaitre les attentes et leviers motivationnels des participants - Découvrir l'usage de base de l'équipement informatique : ordinateur et/ou tablette/smartphone - Maîtriser la tablette/le smartphone - savoir naviguer sur internet - sensibiliser à la sécurité liée au Numérique - apprendre à communiquer via l'email et les réseaux sociaux - Savoir utiliser les principaux sites ou applications administratifs, de mobilité et de services en ligne - permettre aux participants de mesurer leur progression et présenter l'offre rebond 	<p>numériques ;</p> <ul style="list-style-type: none"> - gérer les différents rythmes d'apprentissage - Capacité à recueillir les informations permettant de renseigner et orienter les séniors vers l'offre des partenaires-relais locaux :
--	--	---	--