



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 202

-Du 24 décembre 2021 au 11 février 2022-

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 2022, la Conférence des Financeurs 22, le Conseil Départemental 22, l'association « Pour bien vieillir Bretagne », association portée par l'inter-régime (CARSAT, MSA, Ircantec, CNRACL), et l'ARS s'engage dans 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 2022 disponibles pour chacun des financeurs.

2. OBJECTIFS TRANSVERSAUX

- Repérer les différentes fragilités et les risques de perte d'autonomie ainsi que leur aggravation.
- Identifier les impacts de la pandémie de la Covid 19 sur les personnes âgées (santé physique et psychique, lien social)
- 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

1-PRÉVENTION SANTÉ

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 activité physique (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

a- 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.

b- Toutes actions 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

Toutes actions collectives 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 et aux objectifs transversaux cités ci-dessus .

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- Partenariats : la CFPPA souhaite que les engagements entre les partenaires soient décrits le plus précisément possible en joignant tout document complémentaire attestant de ces partenariats (conventions de partenariats, lettre d'engagement de partenariats...).

4- La CFPPA rappelle que toutes les actions qu'elle finance sont ouvertes à toutes les personnes âgées de 60 ans et plus quelque soit leur lieu de résidence.

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).
- La conférence des financeurs souhaite encourager en 2022 l'innovation sociale, notamment pour donner suite aux impacts de la pandémie de la Covid 19. 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.
- Les projets qui pourront s'inscrire dans le cadre des actions nationales de prévention de la perte d'autonomie (journées mondiales de l'audition, de la santé, du handicap, journées nationales des aidants, du sommeil ou semaines nationales de lutte contre la dénutrition, de la santé mentale...) seront également des éléments complémentaires à apporter au dossier de candidature.
- Les actions pouvant s'inscrire dans la valorisation des langues bretonnes au travers d'ateliers collectifs à destination des personnes âgées
- Les actions pouvant s'inscrire en complémentarité des actions de prévention des Maisons Sport Santé.

Pour les ateliers inter-régimes :

- Les projets s'inscrivant dans les axes d'améliorations ci-dessous seront privilégiés ; ces éléments sont issus d'un diagnostic des besoins et attentes des retraités et des professionnels réalisé par l'association Pour bien vieillir Bretagne :

- ✗ Favoriser l'implication des retraités, le partage de leurs connaissances et la co-construction des contenus avec ce public cible qui a des savoirs à échanger, veut se sentir utile et être acteur lors des ateliers
- ✗ Développer les liens, favoriser les rencontres, les échanges entre participants et pousser la convivialité, pendant et après les ateliers pour des personnes qui souhaitent en priorité rencontrer du monde lorsqu'ils participent aux actions de prévention

- ✗ Favoriser la mise en application des apprentissages par la pratique, par des intermédiaires ludiques ou en mixant des thématiques
- ✗ Développer des thématiques sur le 'bien vivre' pour les jeunes retraités qui ne se sentent pas concernés par le 'bien vieillir'
- ✗ Développer une offre spécifique pour le public isolé, précaire, fragile, qui a besoin d'être accompagné individuellement (transport) et rassuré (par des tiers de confiance) avec une offre qui lui correspond.

Des exemples concrets de mise en application de ces axes figurent en annexes du cahier des charges pour les ateliers nutrition, mémoire, bienvenue à la retraite et habitat.

- Une attention particulière sera portée sur les projets positionnés sur les territoires fragiles identifiés par l'Observatoire des Fragilités. 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 (le préciser dans le dossier de candidature).

Ne sont pas éligibles :

- Les actions de formation de professionnels
- Les actions dont la réalisation ne peut commencer sur l'année civile 2022.
- Les actions constitutives de dépenses d'investissement (télé médecine, développement ou achat de logiciel, plateforme internet, matériel numérique...) à l'exception du matériel prévu dans le cadre de la Prévention santé
- Les actions individuelles de santé (prises en charge par l'assurance maladie).

Porteurs de projet

Complétude du dossier de candidature d'appel à projets : la CFFPA insiste pour que les porteurs fassent preuve de précisions dans les questions à compléter du dossier de candidature.

Noms des fichiers envoyés : les porteurs devront envoyer les fichiers numériques qui devront être nommés de la manière suivante : « *Nom du porteur_Titre du projet_AAP 8_CFPPA22* »

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 2022 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.

L'ARS finance uniquement les actions 1 à 8 (cf tableau A) 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.

Un seuil de 10 % de cofinancement est demandé pour les projets d'un coût supérieur à 50 000€ par an.

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 en mars 2022. 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 mai 2022 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.

Les opérateurs s'engagent à renseigner les modalités de mise en œuvre des actions sur le site www.pourbienvieillirbretagne.fr : lieux, dates, horaires, informations complémentaires.

Composition du dossier

Date limite de candidature :

Vendredi 11 février 2022 à 17h00

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

TRES IMPORTANT : Le nom du fichier numérique doit être enregistré de la manière suivante :

« nom de la structure_titre du projet_CFPPA2022 »

IMPORTANT : JOINDRE UN RIB en pièce jointe dont le nom du fichier numérique correspond au nom de la structure.

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 16 février 2022**. Passée cette date, aucune demande ne sera acceptée.

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><i>Exemples d'éléments qui peuvent être intégrés aux ateliers pour favoriser l'implication des retraités dans le contenu des actions, le lien social, et l'apprentissage par la pratique :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Intégrer des séances d'initiation au théâtre, au chant, ... suivies d'une activité pérenne pour les plus intéressés</i> - <i>Proposer une sortie conviviale en fin d'atelier, au choix des participants ex : visite du patrimoine local, d'un musée, d'une exposition, ...</i> - <i>Intégrer un temps d'expression lors des ateliers pour que les participants partagent un souvenir, une passion, ... avec un format au choix des participants (lecture, quiz, sortie, ...)</i> 	<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><i>Exemples d'éléments qui peuvent être intégrés aux ateliers pour favoriser l'implication des retraités dans le contenu des actions, le lien social, l'apprentissage par la pratique, et l'attrait des jeunes retraités par des thématiques qui leur correspondent :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Organiser des temps conviviaux hors les murs (ex : marche en début d'atelier)</i> - <i>Favoriser les apprentissages par la pratique (ex : équilibre alimentaire abordé lors d'un repas partagé)</i> - <i>En suite d'atelier, ajouter 1 ou 2 demi-journées « Que faire à la retraite sur mon territoire ? » avec :</i> <ol style="list-style-type: none"> 1) <i>Le partage des activités du territoire via l'invitation de professionnels et séances d'initiation (ex : prof de yoga / pilates, office de retraités, bénévolat, numérique, 1ers secours...)</i> 2) <i>Le partage des activités / passions des participants en favorisant la pratique</i> 	<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><i>Exemples d'éléments qui peuvent être intégrés aux ateliers pour favoriser l'implication des retraités dans le contenu des actions, le lien social, et l'apprentissage par la pratique :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Organisation d'un repas collectif en fin d'atelier où chaque participant prépare un plat suivant une thématique définie par le groupe ;</i> - <i>Réalisation d'un livret de recettes par les participants ;</i> - <i>Réalisation de défis à domicile entre les séances pour valider les acquis (ex : élaboration d'une recette petit budget, recette avec des produits de saisons / locaux) ;</i> - <i>Organisation de la visite d'un magasin de produits locaux, de l'intervention d'un producteur local... au cours d'une séance suivant les souhaits du groupe</i> 	<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>Limitier 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</p> <p>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, -aménagements du logement et dispositifs d'accompagnement (expertises, financements...). <p><i>Exemples d'éléments qui peuvent être intégrés aux ateliers pour favoriser les parcours mixtes qui combinent théorie et pratique :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Intégrer aux séances Habitat des séances sur l'équilibre ou l'activité physique adaptée</i> 	<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>Le cas échéant, l'animateur « prévention » pourra être formé à la thématique sommeil et au programme proposé.</p>

