

PROGRAMMATION D' ACTIONS 2024

« AUTRES ACTIONS DE PREVENTION » (HORS FORFAIT AUTONOMIE)



Direction de l'Autonomie

SOMMAIRE



1

LA CONFERENCE DES
FINANCEURS DE LA
SEINE- ET-MARNE

PRESENTATION DU DISPOSITIF

La loi n°2015-1776 du 28 décembre 2015 relative à l'adaptation de la société au vieillissement, contient un volet relatif à "l'anticipation de la perte d'autonomie" dont l'objectif est de faire reculer la perte d'autonomie dite "évitable" en repérant et combattant au plus tôt les premiers signes de fragilité des personnes âgées et pour mieux accompagner celles qui ont besoin de l'être.

Pour ce faire, il s'agit de développer au niveau local des politiques coordonnées de prévention à travers l'instauration d'une "conférence départementale des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie" dont les modalités de mise en œuvre ont été précisées par décret le 26 février 2016.

La conférence des financeurs, présidée par le Président du Conseil départemental et vice-présidée par l'Agence régionale de santé, réunit des représentants des autres collectivités territoriales, de l'Agence Nationale de l'habitat, des régimes de base de l'assurance vieillesse et de l'assurance maladie, des fédérations des institutions de retraite complémentaire, des mutuelles ainsi que toute autre personne physique ou morale concernée par les politiques de prévention de la perte d'autonomie. En Seine-et-Marne cette conférence a été installée le 21 septembre 2016.

Cette conférence a trois missions :

- établir sur le territoire départemental un diagnostic des besoins des personnes âgées de plus de soixante ans et de leurs aidants ;
- recenser les initiatives locales ;
- élaborer un plan annuel d'actions individuelles et collectives de prévention, sur les besoins non ou insuffisamment satisfaits

Eléments du diagnostic départemental.

La Seine-et-Marne est un territoire divers et contrasté. S'agissant des personnes de plus de 60 ans visées par les actions de la conférence des financeurs de la perte d'autonomie, le diagnostic suivant peut être réalisé :

Démographie : la Seine-et-Marne est un département jeune qui connaît d'ores et déjà un vieillissement de sa population. L'avancée en âge progressive des générations du baby-boom faisant mécaniquement augmenter la part des 60 ans et plus au sein de la population totale.

Emploi – retraite : un taux d'activité des 55-64 ans en hausse et dans le même temps, une forte augmentation du nombre de retraités.

Revenus : un département favorisé avec toutefois certains territoires particulièrement touchés par la pauvreté des personnes âgées.

Logement : une très nette sur-représentation des propriétaires. Par ailleurs, le vieillissement des personnes hébergées dans les foyers de travailleurs migrants dont beaucoup sont frappés par le chômage et la précarisation des revenus qui mérite une attention particulière.

Santé, recours aux soins : une espérance de vie plus faible qu'en Ile-de-France (en particulier pour les femmes) et une offre de prévention et de soins de premier recours préoccupante. Des affections de longues durées et des cancers supérieurs à la moyenne nationale.

Accompagnement de la perte d'autonomie : une hausse régulière du nombre de bénéficiaires de l'APA et un vieillissement des personnes en situation de handicap.

AXE 1 - L'amélioration de l'accès aux équipements et aux aides techniques individuelles favorisant le soutien à domicile, notamment par la promotion de modes innovants d'achat et de mise à disposition

AXE 2 - l'attribution d'un forfait autonomie par le conseil départemental aux résidences autonomie via un contrat pluriannuel d'objectifs et de moyens (CPOM)

AXE 3 - La coordination et l'appui des actions de prévention mises en oeuvre par les services autonomie à domicile intervenant auprès des personnes âgées

AXE 4 - Le soutien aux actions d'accompagnement des proches aidants des personnes âgées en perte d'autonomie

AXE 5 - le développement d'autres actions collectives de prévention.

La loi pour l'évolution du logement, de l'aménagement et de la transition numérique (loi ELAN) du 23 novembre 2018, quant à elle, étend la compétence de la conférence des financeurs à l'habitat inclusif.

PROGRAMMATION 2024 – GENERALITES

LA PROGRAMMATION 2023 A ETE PRESENTEE ET VOTEE EN SEANCE PLENIERE PAR LES MEMBRES DE LA CONFERENCE DES FINANCEURS 77

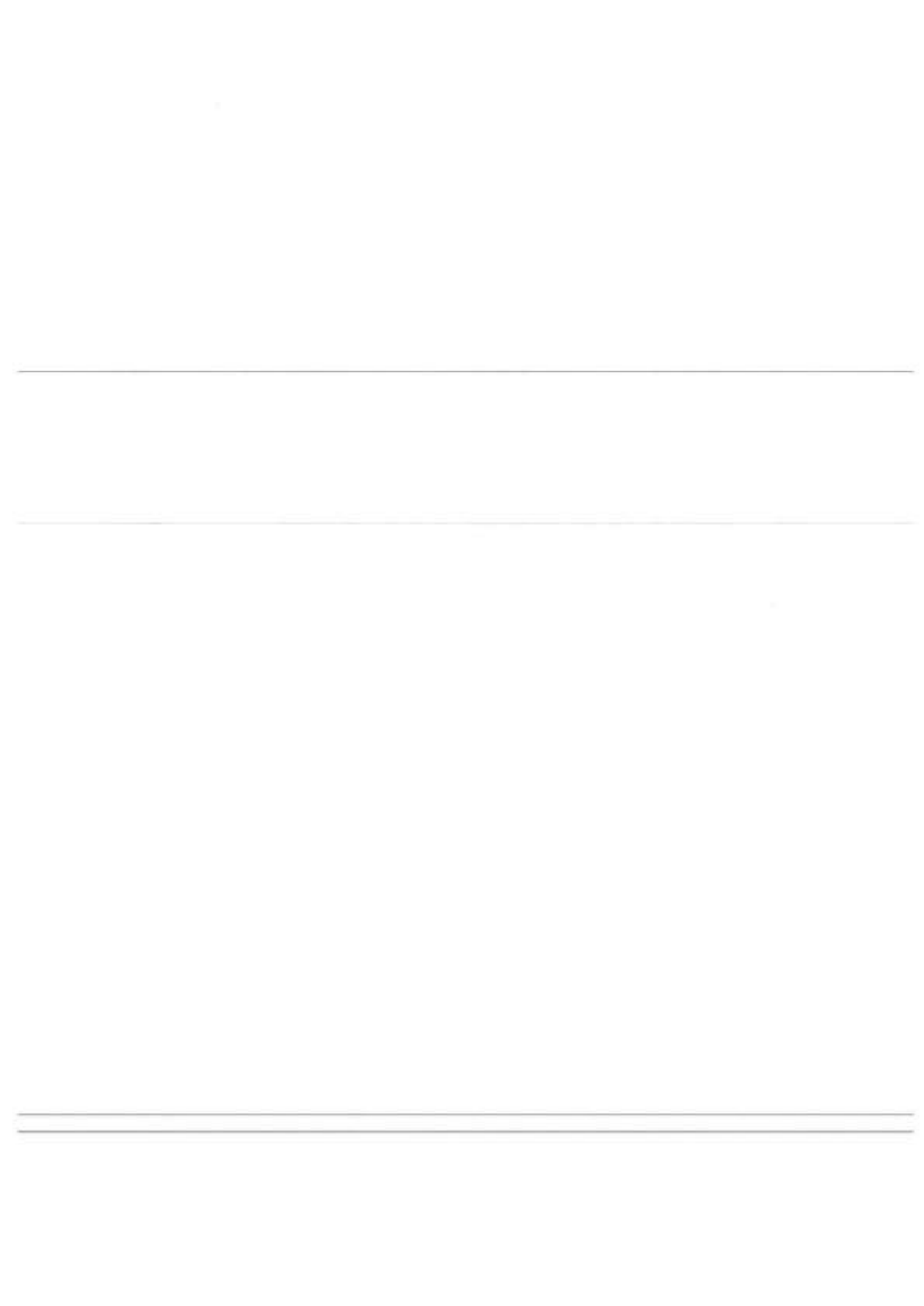
Le 11 Décembre 2023, vote des projets 2024 déposés dans le cadre du recueil d'initiatives ouvert de juillet à fin septembre 2023.

Présentation des porteurs de projets

CCAS	Villes	Associations	Sociétés	EHPAD	Organismes
Anet sur marne	Communauté de communes Moret Seine et Loing	Soutien Facile	Sénioralis Merci Julie	Les jardins de chagot	CNAV
Claye Souilly	Collégien	Rivage autonomie	AS Mouvement	La source nadon	Mutualité Française IDF
Lésigny	St Fargeau Ponthierry	Comité UFOLEP	Lumeen	COALLIA Résidence la Garenne	Le PRIF
Saint Thibaut des vignes	Coulommiers	CT2S	Néosilver	LBA les bruyères de voulx	1001 vies habitat
Tourman en brie		DELTA 7	Saparman	LBA Lucie Edgar Faure	
Vaires sur Marne		Foyer rural de Chalaute la petite		LBA LA Caravelle	
Roissy		La colombe des aidants		Le nid des aidants	
Torcy		La compagnie des aidants		Orée du bois	
SAD		Siel bleu		Les patios de l'hyères	
SSIAD EXA de l'Auxence		Néo Pilates		Pays de Montereau	
Amicial		Unis cité			
ADMR					
Sourire et bonheur					

AXE 1

L'AMELIORATION DE
L'ACCES AUX
EQUIPEMENTS ET
AUX AIDES
TECHNIQUES
INDIVIDUELLES



L'objectif est de développer l'accès et l'utilisation des aides techniques individuelles permettant aux personnes âgées de maintenir leur autonomie dans leur lieu de vie.

L'article R. 233-7 du CASF définit les équipements et aides techniques mentionnés par la loi. Il s'agit de tout équipement, instrument, dispositif, système technique ou logiciel adapté ou spécialement conçu pour prévenir ou compenser une limitation d'activité, destiné à une personne âgée de soixante ans et plus.

Ils doivent contribuer à :

- maintenir ou améliorer l'autonomie dans la vie quotidienne, la participation à la vie sociale, les liens avec l'entourage ou la sécurité de la personne.
- faciliter l'intervention des aidants qui accompagnent la personne.
- favoriser ou accompagner le maintien ou le retour à domicile.

Les projets soutenus dans ce cadre pourront porter sur des actions :

- d'évaluations des besoins à domicile,
- d'accompagnement dans le choix et la prise en main des aides techniques par la personne âgée elle-même ou par ses aidants,
- de sensibilisation en direction des professionnels sur les possibilités d'aménagement de l'habitat (aides techniques et technologiques) en lien avec le vieillissement pour favoriser l'autonomie,

Ils devront nécessairement associer des ergothérapeutes.

Les aides techniques individuelles pouvant faire l'objet de financement par l'APA ou la Conférence des financeurs, la mise en œuvre de ses missions devra se réaliser de manière étroite avec les équipes SAPHA et les pôles autonomie territoriaux (PAT).

SENIORALIS Merci Julie

Intervention à domicile par un.e ergothérapeute pour le maintien de l'autonomie et la prévention du risque de chute grâce à la préconisation et à l'accompagnement à la mise en place d'aides techniques.

INFORMATIONS

- Où ? Ensemble du département
- Pour qui ? Toute personne de plus de 60 ans
- Quand ? Tout au long de l'année

LES ACTIONS

- évaluer les besoins des seniors à domicile
- prodiguer des conseils, réaliser des essais en situation et attribuer les aides techniques pour l'autonomie
- accompagner les personnes, à distance et au long court (> 6 mois)
- fédérer les acteurs locaux pour identifier et orienter les bénéficiaires

LES ENJEUX

- Intervenir au domicile des seniors fragiles sur l'ensemble du territoire
- Faciliter l'attribution des aides techniques pour l'autonomie
- Soulager le fardeau et lutter contre l'épuisement des aidants
- Sécuriser l'environnement domiciliaire et favoriser l'autonomie pour les actes de vie quotidienne
- Promouvoir l'usage d'aides techniques reconconditionnées et à moindre coût

RENSEIGNEMENTS

Michella RIEUX
Conseillère autonomie
infos@merci-julie.fr
06 58 83 09 55

AXE 3

La coordination et
l'appui des actions de
prévention mises en
œuvre par les
services Autonomie à
domicile (SAD)

L'article 44 de la loi de financement de la sécurité sociale pour 2022 restructure l'offre à domicile par la fusion ou le rapprochement des SSIAD et des SAAD en une nouvelle et unique catégorie dénommée services autonomie à domicile (article L. 313-1-3 du CASF en vigueur à compter du 30 juin 2023).

Si la possibilité est laissée aux SAD d'assurer seulement les prestations d'aide et d'orienter vers celles du soin, les SAD doivent toutefois privilégier la coordination et l'internalisation des prestations d'aide et de du soin. Cette réforme vise à améliorer la qualité de l'accompagnement à domicile notamment en termes de coordination des prestations, contribuant ainsi à la simplification du parcours des personnes, à la montée en compétence des services et à l'attractivité des métiers.

Dans le cadre de leurs nouvelles missions, précisées par un cahier des charges, les SAD mettent en place une « réponse coordonnée aux besoins et aux attentes de la personne » en proposant notamment des « actions de prévention de la perte d'autonomie, de préservation, de restauration et de soutien à l'autonomie » (article D. 312-1 du CASF).

Cette réforme modifie en conséquence le programme de financement des CFPPA, précisé à l'article L. 233-1 du CASF, puisque les précédents axes 3° et 4° (coordination et appui des actions de prévention respectivement dans les SAAD et les SPASAD) sont remplacés, à compter du 30 juin 2023, par un unique axe 3° « La coordination et l'appui des actions de prévention mises en oeuvre par les services autonomie à domicile intervenant auprès des personnes âgées ».

Conformément à l'article R. 233-9 du CASF, les actions de prévention mises en place par les services autonomie à domicile (SAD) de ce nouvel axe 3° sont les actions individuelles ou collectives destinées aux personnes de 60 ans et plus, visant à les informer, à les sensibiliser ou à modifier des comportements individuels, en vue d'éviter, de limiter ou de retarder la perte d'autonomie. Elles peuvent également viser à identifier les personnes destinataires de ces actions.

Concernant la prévention de la perte d'autonomie, le cahier des charges dédié aux SAD précisent que ceux-ci :

- Participent au repérage des risques ou de l'aggravation des fragilités ;
- Proposent des réponses adaptées aux fragilités repérées, en interne ou en sollicitant autant que de besoin des partenaires extérieurs compétents comme par exemple les acteurs de la prévention de la perte d'autonomie (offres de soins primaires en ambulatoire, intervenants en activité physique adaptée, caisses de retraite et de complémentaire, autres structures sociales et médicosociales etc.) et de lutte contre l'isolement social (associations, jeunes en service civique, collectivités, etc.) hors mesure relative aux deux heures de lien social qui entrera en vigueur en 2024 et hors dotation complémentaire. Les SAD sont en effet des acteurs de première ligne pour le repérage des situations individuelles de risque de perte d'autonomie, maillon essentiel pour orienter et inscrire les personnes dans un parcours global de prévention.

Ils peuvent également être des opérateurs d'actions collectives de prévention (ateliers nutrition – sport et/ou prévention des chutes, atelier sur la qualité du sommeil etc.), financées par la conférence des financeurs dans le cadre de la mise en oeuvre du plan d'action du programme coordonné qu'elle a défini. Les actions pouvant être mise en place ne peuvent être déterminées de manière exhaustive puisqu'elles concernent à la fois le repérage et l'intervention

contre un ou plusieurs risques de perte d'autonomie repérés. Cf. Conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie . Guide technique – édition 2023

De fait, les services autonomie à domicile peuvent être porteurs d'actions collectives et individuelles de prévention financées par le concours « autres actions de prévention », mais également hors concours par l'ensemble des membres de droit des conférences des financeurs.



ADMR SOURIRE ET BONHEUR

Les ateliers « Couture » ADMR

Des ateliers collectifs « Couture » vont être proposés dans deux résidences intergénérationnelles où l'ADMR Sourire-et-Bonheur y anime des ateliers.

Ces sessions d'une durée de 3 heures vont permettre aux participants de réaliser des créations de couture.

En fonction du niveau de chaque participant, l'animateur pourra adapter la technique (avec ou sans machine à coudre) ou proposer d'autres activités créatives en complément.



INFORMATIONS

- **Où ?** Résidences intergénérationnelles de Champagne-sur-Seine et Saint-Pierre-lès-Nemours
- **Pour qui ?** Toute personne de plus de 60 ans
- **Quand ?** Janvier à décembre 2024

LES ACTIONS

- **Ateliers collectifs de couture :**
- **Séances de :** janvier à décembre 2024 à la résidence intergénérationnelle de Champagne-sur-Seine
- **Séances de :** janvier à décembre 2024 à la résidence intergénérationnelle de Saint-Pierre-lès-Nemours

LES ENJEUX

- Favoriser/créer des liens sociaux entre résidents et participants venus de l'extérieur
- Développer, accompagner la créativité des participants afin de prévenir le déclin cognitif
- Stimuler la motricité fine à travers la couture

RENSEIGNEMENTS

Nom du contact : Mme PILLAVOINE
Christine

Adresse mail :
admrsourireetbonheur@fede77.admr.org

Téléphone : 06.42.61.90.37



AMICIAL PROVINS

Activités physiques adaptées

INFORMATIONS

- Où ? Provins 77
- Pour qui ? Toute personne de plus de 60 ans
- Quand ? 1 fois par semaine

LES ACTIONS

- Ateliers d' Activités physiques et préventions des chutes
- Séances de 1h30 par semaine
- Ateliers : Force musculaire
- Ateliers : souplesse
- Ateliers : équilibre

LES ENJEUX

- Préserver et améliorer les capacités physiques
- Préventions des chutes
- Bien vieillir
- Renforcer le lien social
- Améliorer la qualité de vie

RENSEIGNEMENTS

Nom du contact Sandra BERTOLINI
mail : sandra.bertolini@amicial.fr
Téléphone 06.23.60.91.75



ESA-SSIAD DE L'Auxence

UBUNTU : « je suis parce que nous sommes tous »
Partage d'ateliers culturels inclusifs mêlant exercices
théâtraux, danse, musique et chants

INFORMATIONS

- Les ateliers sont réalisés au centre culturel de Provins pour un public du secteur du Provinois, de Brie Nangissienne, de la Bassée et du Montois.
- A l'attention des personnes avec des pertes de mémoire et leurs aidants vivants à domicile.

Un mardi par mois de 14h à 16h de février à décembre 2024.

LES ENJEUX

- lutter contre l'isolement
- stimuler les mémoires, la motricité, le champ lexical dans un lieu inclusif
- tisser des liens intergénérationnels
- partager un atelier aidé/aidant hors des tâches du quotidien
- promouvoir les compétences résiduelles des personnes en perte de mémoire

LES ACTIONS

- Ce sont des ateliers culturels inclusifs où se rencontrent les aidés, les aidants, des professionnels du soin et du domicile, des bénévoles, des jeunes lycéens ainsi que des personnes des Accueils de jour du secteur. Ces ateliers sont menés par des artistes professionnels du Provinois
- L'artiste propose des exercices de théâtre, musique, chant, danse réalisés par l'ensemble du groupe, placé en cercle
- Les exercices permettent une stimulation globale de la personne : stimulations motrices cognitives, sociales et favorisent l'émergence de la parole de l'expression et de l'agir.
- En fin de séance, un temps d'échange entre les participants est prévu autour d'une collation

RENSEIGNEMENTS

Nom du contact : Mme SIMON Patricia

Adresse courriel :

esa.auxence@fede77.admr.org

Téléphone : 01.60.67.30.87

AXE 4

Le soutien aux actions
d'accompagnement
des proches aidants
des personnes âgées
en perte d'autonomie

Depuis l'entrée en vigueur de la loi n° 2019-485 du 22 mai 2019, les actions de cet axe sont éligibles aux concours de la conférence des financeurs.

Le concours « Autres actions de prévention » peut être utilisé pour financer des actions d'accompagnement des proches aidants visant l'information, la formation et le soutien psychosocial collectif et individuel, en présentiel ou distanciel

Les actions éligibles au concours doivent s'adresser prioritairement aux proches aidants de personnes âgées en situation de perte d'autonomie.

1. Périmètre d'éligibilité :

Actions éligibles au titre du concours :

> **les actions de formation destinées aux proches aidants** : elles reposent sur un processus pédagogique qui permet à ceux-ci de se positionner dans leur situation (au regard de leur propre expertise, de celle des professionnels et des pairs-aidants), d'acquérir des connaissances sur la pathologie ou sur le handicap de leur proche, de renforcer leurs capacités à agir dans le cadre de leur accompagnement et à s'orienter vers les dispositifs d'aide adéquats. Elles contribuent à la prise de conscience par l'aidant de son rôle et de sa place, ainsi que de la relation aidant-aidé et vise in fine la prévention des risques d'épuisement et d'isolement de l'aidant. Ce ne sont pas des actions de formation professionnelle dans le sens où elles ne sont ni diplômantes ni qualifiantes. Les actions de formation peuvent être réalisées en présentiel ou à distance, via par exemple le développement de modalités de type e-learning (en prenant en compte l'état des dispositifs déjà existants au niveau national);

> **les actions d'information et de sensibilisation** : elles proposent des moments ponctuels d'information collective (inscrits ou non dans un cycle) sur une thématique généraliste ou spécifique concernant les aidants de personnes âgées en perte d'autonomie ou de personnes en situation de handicap ; Les médias utilisés sont variés (conférences, forums, théâtres-forum etc.

> **les actions de soutien psychosocial collectives** : elles visent le partage d'expériences et de ressentis entre aidants encadrés par un professionnel formé, de manière à rompre l'isolement, à favoriser les échanges et la reconnaissance réciproque et à prévenir les risques d'épuisement

> **Les actions de soutien psychosocial individuel** : elles peuvent être proposées ponctuellement afin de soutenir l'aidant dans des situations particulières de fragilité par un professionnel formé.

> **Les actions de « prévention santé » ou de « bien-être »** favorisant l'exercice d'une discipline physique ou l'appropriation de repères en termes de santé dédiées spécifiquement aux aidants dès lors qu'elles résultent d'un repérage en amont pour la constitution du groupe et d'articulation avec d'autres offres visant l'information, la formation ou le soutien des aidants.

CNSA – août 2023 | 29

Champ de compétences des acteurs de la conférence des financeurs dans le soutien aux actions d'accompagnement des proches aidants

L'attribution d'une compétence en matière d'accompagnement des aidants à la conférence des financeurs s'inscrit dans un ensemble de mesures prévues par la loi relative à l'adaptation de la société au vieillissement pour répondre à l'enjeu majeur de reconnaissance et de soutien des aidants (information, évaluation des besoins, répit, congé...). Plusieurs de ces mesures ont pour objet de mobiliser les institutions en leur faveur et de mieux coordonner leurs interventions.

Ainsi, l'article L. 113-2 du CASF élargit la responsabilité du département en matière d'action sociale en faveur des personnes âgées et de coordination des acteurs chargés de l'élaboration et de la mise en oeuvre des politiques intéressant les conditions de vie des personnes âgées et de leurs proches aidants. Dans le même temps, la compétence de l'ARS dans le soutien des aidants de personnes âgées et de personnes en situation de handicap est réaffirmée. L'articulation entre le niveau régional et le niveau départemental peut ainsi être utilement réalisée dans le cadre de la conférence des financeurs.

Objectifs des acteurs de la conférence des financeurs dans le cadre de l'axe 4

Dans le cadre de la conférence, il s'agit de construire une vision partagée des enjeux qui tienne compte des interventions respectives des partenaires pour le soutien aux proches aidants et de renforcer l'articulation de leurs actions et des leviers mobilisés.

La conférence des financeurs doit permettre de définir une stratégie territoriale partagée dans le champ du soutien aux aidants, quelle que soit la perte d'autonomie liée à l'âge.

Cette stratégie vise à :

- > organiser la complémentarité des actions ;
- > assurer la bonne couverture du territoire ;
- > prévoir les moyens d'assurer la visibilité de l'ensemble des actions pour les aidants et pour les professionnels en contact avec eux.

2. Rappel des actions non éligibles au titre du concours

1. Des actions relatives aux proches aidants sont exclues de droit du concours parce qu'elles ne relèvent pas de l'accompagnement d'une logique de prestation, de prévention non spécifique à l'aidant ou d'accueil dans un ESMS;
2. les dispositifs relevant de l'accueil temporaire (accueil de jour/hébergement temporaire) ou du répit en séjours de vacances organisées pour l'aidant et son proche (type village répit familles); l'animation de réseaux des acteurs de l'aide aux aidants, par exemple lorsqu'ils prennent la forme de plateformes territoriales d'aide aux aidants animées par les maisons de l'autonomie avec leurs partenaires ou sous la forme de groupements de coopération sociale et médico-sociale (GCSMS) ;
3. Les dispositifs relevant du relayage/baluchonnage (APA 2);
4. les dispositifs de conciliation vie familiale/vie professionnelle (entreprises);
5. les programmes d'éducation thérapeutique (assurance maladie).
6. les dispositifs de vie sociale et de loisirs de type journées-rencontres conviviales et festives, les sorties culturelles pour les couples aidants-aidés ou proches aidants;
7. les dispositifs de type forum internet entre aidants ou application numérique.
8. les actions de médiation familiale (offre en cours de construction avec des partenaires nationaux CF programme d'action porté par l'UNAF);
9. dépenses d'alimentation (hors projet nutrition)
10. sorties loisirs de type visite de musée, cinéma...

• Sont exclues des actions dont la finalité principale participe de la professionnalisation des intervenants au domicile des personnes même si elles concernent les aidants

- les actions de formation mixtes professionnels/proches aidants et les actions de formation des professionnels SAD pour le repérage des aidants en situation de fragilité, qui peuvent être cofinancées dans le cadre de la convention de modernisation des services d'aides à domicile.

7

La colombe des aidants

Soutien Aux Aidants

INFORMATIONS

- Où ? Héricy, Bois le Roi, Samois, Fontainebleau, Chartrettes, Champagne/Seine, Samoreau.
- Pour qui ? Toute personne de plus de 60 ans
- Quand :
23/01 ; 13/02 ; 12/03 ; 14/05 ; 11/06 ;
14/06 ; 17/09 ; 19/11.

LES ACTIONS

- 6 Groupes de Parole T'Aidant : environ 8 Aidants accompagnés par une psychologue
- 2 Halte Répit : accueil des Aidants pour 3 ateliers : relaxation, massage, réflexologie ; et accueil des Aidés pour activités ludiques.

LES ENJEUX

- soutien psychologique
- lâcher-prise
- partage expérience entre Aidants
- communication informelle et conviviale

RENSEIGNEMENTS

Nom du contact : Kapustic Gisèle
Adresse mail 77lcda@gmail.com
Téléphone 06 75 20 91 28

Le Nid des aidants 77

Aide et soutien aux aidants

Relaxation guidée en groupe, escapade bien-être et accompagnement individuel psycho-émotionnel

INFORMATIONS

- Où ? Mareuil les Meaux ou sur le territoire de la plateforme
- Pour qui ? Toute personne de plus de 60 ans
- Quand ? Tous les jours, we compris selon l'organisation des activités

LES ACTIONS

- Ateliers de médiation guidée : de façon bimensuelle pouvant accueillir 8 personnes
- 10 Séances individuelles par mois à raison de 5 séances par aidants
- Escapade d'une journée : de façon bi annuelle pouvant accueillir 10 personnes

LES ENJEUX

- soulager les troubles anxigènes des aidants
- créer du lien social
- apprendre des techniques de respiration réalisable à domicile
- rompre l'isolement
- participer à un projet et vaincre ses aprioris

RENSEIGNEMENTS

Nom Fabienne Chauvin

Adresse mail

seine-et-marne@leniddesaidants.fr

Téléphone 06 46 30 91 92

77 CONFÉRENCE DES FINANCEURS AUTONOMIE DES PERSONNES ÂGÉES

Association RIVAGE Autonomie



Le café de l'entraide est un espace de parole pour les aidants accompagnant un proche en situation de dépendance liée à l'âge.

INFORMATIONS

- **Où ?** 13 avenue Charles Monier 77240 CESSON
- **Pour qui ?** Aidant de toute personne de plus de 60 ans
- **Quand ?** Un vendredi par mois auxquels s'ajoutent 3 ateliers bien-être.

LES ACTIONS

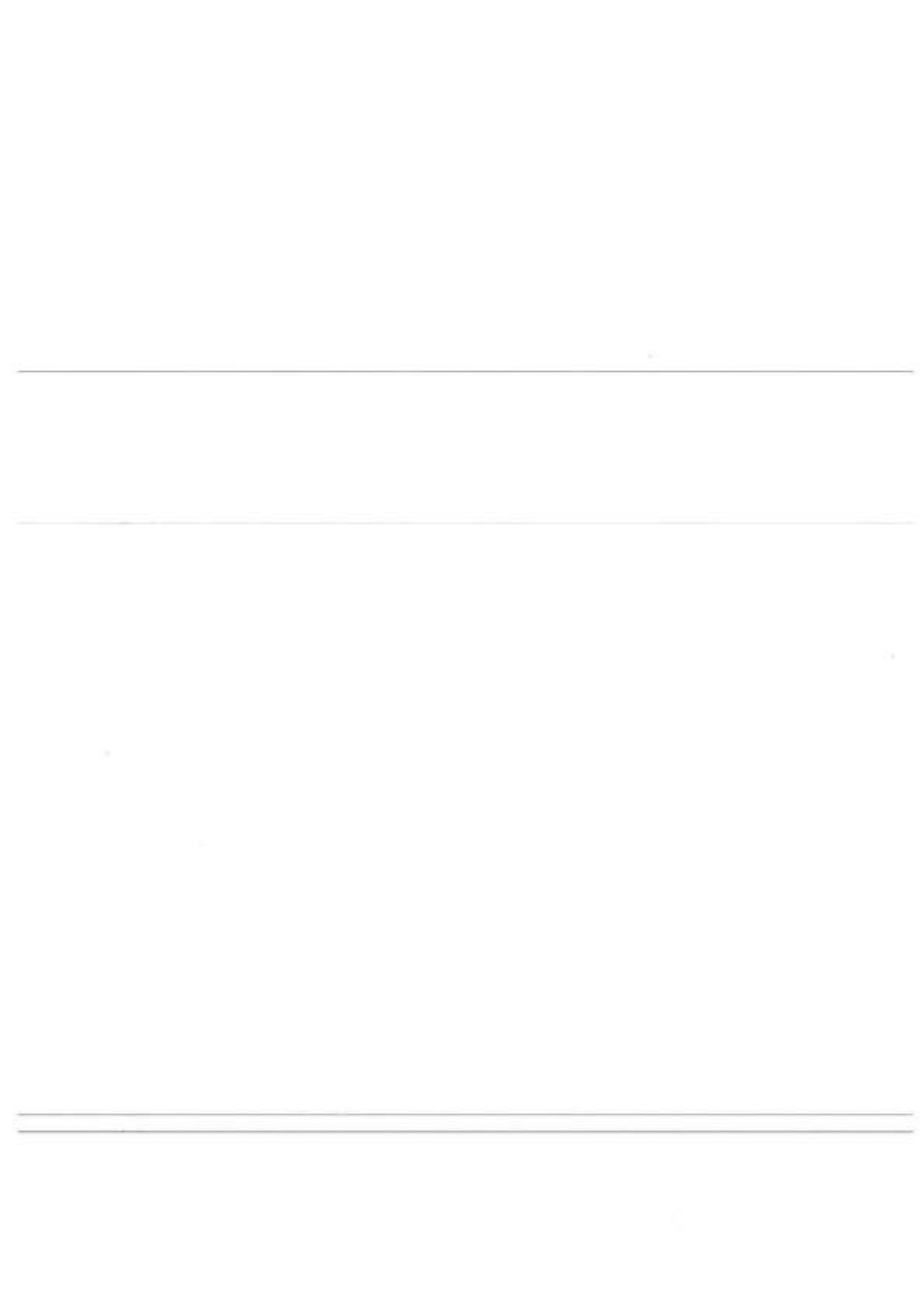
- Vendredi 19 janvier 2024 de 9h30 à 12h00
- Vendredi 09 février 2024 de 9h30 à 12h00
- Vendredi 15 mars 2024 de 9h30 à 12h00
- Vendredi 26 avril 2024 de 9h30 à 12h00
- Vendredi 17 mai 2024 de 9h30 à 12h00
- Vendredi 3 mai 2024 de 10 à 11h30
- Vendredi 14 juin 2024 de 10h à 11h30
- Vendredi 21 juin 2024 de 9h30 à 12h00
- Vendredi 12 juillet 2024 de 9h30 à 12h00
- Vendredi 20 septembre 2024 de 9h30 à 12h00
- Vendredi 18 octobre 2024 de 9h30 à 12h00
- Vendredi 25 octobre 2024 de 10h à 12h
- Vendredi 8 novembre 2024 de 10h à 12h
- Vendredi 15 novembre 2024 de 9h30 à 12h00
- Vendredi 20 décembre 2024 de 9h30 à 12h00

LES ENJEUX

1. Offrir un espace de répit propice à l'accueil, l'écoute et la bienveillance
2. Favoriser le soutien, la solidarité et l'échange de conseils pratiques entre pairs
3. Préserver l'autonomie des aidants et concourir au maintien au domicile du proche aidé en facilitant l'accès aux dispositifs de droits commun et/ou spécifiques au territoire.
4. Prévenir l'épuisement de l'aidant synonyme de risque pour le proche (rupture d'accueil, dégradation relationnelle...)

RENSEIGNEMENTS

Nom du contact Catherine FIRPION
Adresse mail accueil@pat-melun.fr
Téléphone 01 64 52 24 48



AXE 5

Le développement
d'autres actions
collectives de
prévention

Le développement des actions collectives de prévention doit s'appuyer à la fois sur les priorités nationales données par le plan national de santé publique publié en mars 2017 et sur les besoins identifiés sur le territoire dans le cadre du diagnostic. L'article R. 233-19 du CASF identifie les actions collectives de prévention en distinguant celles qui portent sur la santé, le lien social, l'habitat et le cadre de vie.

L'objectif du développement de ses actions est de permettre aux personnes âgées fragilisées et/ou vulnérables de vivre le plus longtemps possible en bonne santé. Il oblige par ailleurs à un questionnement sur le choix des actions et sur l'efficacité de celles-ci. À ce titre, Santé publique France a publié une revue des interventions validées les plus efficaces et prometteuses chez les plus de 55 ans³³. Un tableau liste les interventions³⁴ en question selon leurs effets sur les déterminants, les états et les problèmes de santé.

Il convient également de préciser qu'une action collective de prévention peut recouvrir différentes thématiques. Par exemple, la participation d'une personne à une action collective de santé globale peut contribuer à renforcer son lien social et à lutter contre son isolement.

Les thématiques soutenues

1. Améliorer les grands déterminants de la santé.

Les actions doivent être déclinées autour des thèmes suivants,

- Les clés du bien-vieillir,
- La nutrition, l'alimentation durable,
- Les activités physiques,
- Les dépistages,
- La prévention,
- Le sommeil
- Les risques psychologiques (solitude, dépression, Alzheimer, troubles divers)

Une attention particulière sera portée :

- aux interventions efficaces ou prometteuses en prévention et promotion de la santé.
- aux projets proposant une offre d'activité physique adaptée pour les personnes âgées, notamment sur celles associant lutte contre la perte d'autonomie et renforcement le lien social.
- Aux projets sur le thème de la sécurité routière. Les actions pourront porter sur la mise en place d'un programme de prévention permettant de réduire les risques d'accidentologie.
- Aux projets mettant en œuvre les deux principes clés du schéma des Solidarités.

2. Maintien du lien social/utilité sociale/lutte contre l'isolement.

Les actions doivent être déclinées autour des thèmes suivants,

- L'inclusion numérique,
- La lutte contre l'isolement,
- La solidarité de proximité,
- Le passage à la retraite sous l'angle de la transition en matière de vie sociale,
- L'utilité sociale du senior,
- La lutte contre les effets pervers de l'isolement passe aussi par un meilleur accès aux services publics.

Une attention particulière sera portée aux projets proposant un ancrage local concret (bénévoles, soutien de collectivités ou d'associations), mesurable et adapté aux actions proposées.

3. L'Accès aux droits.

Les actions doivent être déclinées autour des thèmes suivants, notamment pour accompagner :

- Le passage à la retraite,
- Le veuvage,
- L'accompagnement des travailleurs migrants vieillissant,
- Le passage à la retraite avec une information spécifique aux bénéficiaires du Revenu de Solidarité Active (RSA) en lien avec les Maisons départementales des solidarités (MDS),

Une attention particulière sera portée aux projets proposant un ancrage local concret (bénévoles, soutien de collectivités ou d'associations), mesurable et adapté aux actions proposées.

4. Les actions de prévention de perte d'autonomie en EHPAD

L'instruction N° DGCS/3A/CNSA/2018/156 du 25 juin 2018 permet la mobilisation des concours versés aux conférences des financeurs à destination des résidents des EHPAD afin que soient mises en oeuvre des actions collectives de prévention.

Depuis 2019, les ARS sont destinataires de crédits d'assurance maladie pour favoriser le déploiement d'actions de prévention de la perte d'autonomie dans les EHPAD.

Pour développer les actions de prévention en direction des résidents des EHPAD, les subventions de la CFPPA ont vocation à venir **en complément** de celles versées par l'ARS qui continuera à mobiliser ses crédits pour soutenir les projets sur cette thématique.

C'est sur ce fondement que les projets déposés par les EHPAD seront instruits collectivement.

Le présent appel à candidature vise à permettre aux EHPAD porteurs de projets de présenter une demande de participation en vue d'obtenir le financement de tout ou partie de(s) action(s) de prévention qui seront mises en place à leur initiative, et qui répondent aux conditions fixées dans le présent cahier des charges.

Le présent cahier des charges définit des priorités d'actions.

Il est précisé que la présentation d'une demande de participation en vertu du présent appel à candidature ne vaut pas octroi d'un financement.

Pour favoriser un engagement durable des équipes dans la prévention, les EHPAD devront développer des actions collectives destinées aux résidents. Ces actions pourront être ouvertes aux personnes âgées à domicile le cas échéant.

Les projets déposés ne doivent pas consister seulement en la réalisation d'actions ponctuelles mais ils doivent être le cadre d'action d'une véritable démarche impliquant l'ensemble des parties prenantes de l'établissement (résident-famille-personnel). Cette mobilisation est attendue au stade de la programmation, de sa mise en œuvre mais également de son évolution.

Le socle des actions proposé dans les EHPAD est constitué par

- des activités physique et sportive adaptée,
- des activités autour de l'alimentation / nutrition,
- action de prévention générale (restauration du lien social et participation à la vie de la cité).

Considérant ce socle, les projets qui seront déposés ne devront pas prendre en compte les thématiques ci-dessus mais venir en complément. A titre d'exemple les thématiques suivantes illustrent les possibilités de dépôt de projet :

- Actions culturelles, (théâtre, musicothérapie, danse ..)
- Médiation animale,
- trouble du comportement / risque suicidaire

Différents types d'actions peuvent être envisagés :

- ateliers
- actions de sensibilisation
- conférences-débat.

Type de projet éligible :

Les actions de prévention éligibles sont les actions collectives destinées aux personnes âgées résident en EHPAD et aux personnes âgées à domicile de + de 60 ans, visant à les informer, à les sensibiliser ou à modifier des comportements individuels, en vue d'éviter, de limiter ou de retarder la perte d'autonomie.

L'objectif des actions mises en place peut également conduire à la sensibilisation de personnel EHPAD afin de lui permettre de dépister d'éventuels besoins du résident, de procéder à des repérages de fragilité, d'identifier en conséquence les personnes ciblées dans le cadre des actions de prévention.

Seuls les EHPAD de la Seine-et-Marne sont autorisés à candidater.

Les établissements devront démontrer leur capacité à mettre en œuvre la / les action(s) collective(s) de prévention proposée(s), en termes de moyens humains, matériels et financiers. Pour chaque action présentée, le porteur de projet devra clairement décrire son action.

Ces actions doivent impérativement et nécessairement avoir un caractère collectif. Elles doivent impérativement être déployées sur l'année 2023.

Les actions proposées sont à destination des résidents des EHPAD et peuvent, le cas échéant, être également ouvertes aux personnes âgées de 60 ans et plus vivant sur le territoire de la Seine-et-Marne.

Dans le cas où l'action proposée serait ouverte à un public mixte, c'est-à-dire un groupe composé à la fois de résidents en EHPAD et de personnes âgées vivant à domicile, le porteur doit préciser la répartition du public (exemple : pour un groupe de 20 personnes, il y a 5 personnes âgées vivant à domicile et 15 résidents d'EHPAD).

Les actions de prévention **sont proposées gratuitement** aux bénéficiaires.

Lorsqu'un projet concerne plusieurs établissements, la demande de participation doit être portée et déposée par un seul établissement, dûment désigné en accord avec les autres établissements concernés et décrits clairement dans le dossier.

Dépenses éligibles pour les EHPAD

Sont éligibles les dépenses suivantes :

- prestations par des opérateurs et intervenants extérieurs (actions et formations)
- frais de personnel dès lors qu'ils sont directement rattachables à une action de prévention nouvelle ou supplémentaire, hors personnel de l'établissement.
- matériel ou petit équipement non amortissable strictement nécessaire à la réalisation de l'action collective.

Ne sont pas éligibles les dépenses suivantes :

- demande de financement de matériel sans programme d'action,
- frais de personnel permanent,
- dépenses de soins liées à l'intervention des professionnels suivants : masseurs-kinésithérapeutes, pédicures-podologues, chirurgiens-dentistes, orthophonistes remboursables aux assurés au titre de l'assurance maladie ou incluses dans le forfait soin global,
- matériel médical, aides techniques,
- dépenses d'investissement faisant l'objet d'un amortissement comptable,
- participation financière aux frais d'hébergement, de repas, de transport, location et achat de véhicule,
- dépenses d'investissement,
- dépenses d'alimentation (hors projet nutrition)
- sorties loisirs de type visite de musée, cinéma...

Les concours du dispositif étant annuels, ils ne permettent pas d'assurer des financements pérennes.

Le financement alloué aux porteurs de projets en 2023 vise des dépenses non reconductibles.

Le financement des projets retenus interviendra, sous forme de subvention(s) versée(s) par le Conseil départemental au titre des concours financiers « Autres actions de Prévention » alloué par la CNSA:

Les projets seront retenus dans la limite des concours financiers annuels de la CNSA mobilisables au titre de la prévention en EHPAD.

1001 Vies Habitat

Mise en place d'ateliers culturels interactifs à destination des séniors, animés par des étudiants

INFORMATIONS

- Où ? Lieusaint et Moissy-Cramayel
- Pour qui ? Toute personne de plus de 60 ans
- Quand ? Mars à fin juin 2024

LES ACTIONS

Ateliers culturels interactifs d'une durée d'1h30 animé par un étudiant.

Les thématiques peuvent être nombreuses et variées et seront choisies en concertation avec les participants.

Il peut s'agir de découvrir un artiste, un écrivain, des femmes et des hommes engagés ou encore des personnes historique, tout en faisant appel à la mémoire des séniors et stimulant ainsi leurs fonctions cognitives.

10 ateliers

LES ENJEUX

- Lutte contre l'isolement
- Créer du lien intergénérationnel
- Renforcement de l'estime de soi
- Préservation de l'autonomie

RENSEIGNEMENTS

Nom du contact : LAPOUJADE Lucile

Adresse mail :

llapoujade@1001vieshabitat.fr

Téléphone : 06 65 11 09 93

ADOMA – Foyer travailleurs migrants Jaurès à Dammarie Les Lys

Mise en place du dispositif Bien vieillir en Résidence Sociale. (BVRS)
Le BVRS est un dispositif qui s'inscrit dans une offre de prévention globale et adaptée
aux besoins des résidents de plus de 55 ans des Foyer de Travailleurs
Migrants et des Résidences Sociales.

INFORMATIONS

- Où ? À Dammarie Les Lys
- Pour qui ? Pour les résidents de plus de 55 ans
- Quand ? en 2024

LES ACTIONS

- Café social une fois par mois ;
- Atelier du Prif – Bien dans mon assiette
- Dépistages : diabète, maladie cardio-vasculaire, maladie rénale, MST/VIH ;
- Des actions collectives avec EOS PSY ;
- Entretien individuel avec le maximum de résidents ;
- La mise en place de l'offre socle ;
- Réunion information sur l'aide à domicile.

LES ENJEUX

Mettre en place des actions de prévention autour de l'accompagnement au bien vieillir, de l'inclusion numérique et au lien social ;

Favoriser le développement de l'offre et l'accès à l'offre de prévention locale de prévention pour les résidents notamment en repérant les partenaires locaux organisant des actions dédiées aux seniors sur le territoire de l'établissement ;

Accompagner l'avancée en âge des résidents en favorisant leur accès à des offres de prévention en particulier dans le domaine de l'habitat et des services d'accompagnement à domicile.

RENSEIGNEMENTS

Nom du contact : Jennifer NIEUVIARTS
Adresse mail :
jennifer.nieuviarts@adoma.cdc-habitat.fr
Téléphone 07 63 97 41 91

ADOMA – Résidence sociale

SOLEIL NOISIEL

Mise en place du dispositif Bien vieillir en Résidence Sociale. (BVRs)
Le BVRs est un dispositif qui s'inscrit dans une offre de prévention globale et adaptée aux besoins des résidents de plus de 55 ans des Foyer de Travailleurs Migrants et des Résidences Sociales.

INFORMATIONS

- Où ? À Noisiel
- Pour qui ? Pour les résidents de plus de 55 ans
- Quand ? En 2024

LES ACTIONS

- Café social une fois par mois ;
- Dépistages : diabète, maladie cardio-vasculaire, maladie rénale, MST/VIH ;
- Des actions collectives avec EOS PSY ;
- Entretien individuel avec le maximum de résidents ;
- La mise en place de l'offre sociale ;
- Une réunion d'information sur l'aide à domicile.

LES ENJEUX

Mettre en place des actions de prévention autour de l'accompagnement au bien vieillir, de l'inclusion numérique et au lien social ;

Favoriser le développement de l'offre et l'accès à l'offre de prévention locale de prévention pour les résidents notamment en repérant les partenaires locaux organisant des actions dédiées aux seniors sur le territoire de l'établissement ;

Accompagner l'avancée en âge des résidents en favorisant leur accès à des offres de prévention en particulier dans le domaine de l'habitat et des services

RENSEIGNEMENTS

Nom du contact : Jennifer NIEUVIARTS
Adresse mail :
jennifer.nieuviarts@adoma.cdc-habitat.fr
Téléphone 07 63 97 41 91

Adoma – Résidence Sociale Les Sapins à Villeparisis

Mise en place du dispositif Bien vieillir en Résidence Sociale. (BVRS)
Le BVRS est un dispositif qui s'inscrit dans une offre de prévention globale et adaptée
aux besoins des résidents de plus de 55 ans des Foyer de Travailleurs
Migrants et des Résidences Sociales.

INFORMATIONS

- Où ? à Villeparisis
- Pour qui ? Pour les résidents de plus de 55 ans
- Quand ? en 2024

LES ACTIONS

- Café social une fois par mois ;
- Dépistages : diabète, maladie cardio-vasculaire, maladie rénale, MST/VIH ;
- Des actions collectives avec EOS PSY ;
- Entretien individuel avec le maximum de résidents ;
- La mise en place de l'offre sociale ;
- Réunion information sur l'aide à domicile.

LES ENJEUX

Mettre en place des actions de prévention autour de l'accompagnement au bien vieillir, de l'inclusion numérique et au lien social ;

Favoriser le développement de l'offre et l'accès à l'offre de prévention locale de prévention pour les résidents notamment en repérant les partenaires locaux organisant des actions dédiées aux seniors sur le territoire de l'établissement ;

Accompagner l'avancée en âge des résidents en favorisant leur accès à des offres de prévention en particulier dans le domaine de l'habitat et des services d'accompagnement à domicile.

RENSEIGNEMENTS

Nom du contact : Jennifer NIEUVIARTS
Adresse mail :
jennifer.nieuviarts@adoma.cdc-habitat.fr
Téléphone 07 63 97 41 91

AS MOUVEMENT

AS Mouvement propose pour 2024 un atelier « APAN » aux seniors de plus de 60 ans alliant APA et nutrition dans un objectif de maintien de l'autonomie et du bien vieillir en bonne santé

INFORMATIONS

- Où ? Sur l'ensemble du 77 en privilégiant les ZRR et QPV
- Pour qui ? Toute personne de plus de 60 ans
- Quand ? Sur l'année 2024

LES ACTIONS

- Nom atelier : Activité Physique Adaptée et Nutrition (APAN)
- Nombre d'atelier : 10 ateliers
- Composition de l'atelier : 10 séances dont 8 d'activité physique adaptée et 2 de nutrition

- Contenu :

Séance APA : Evaluation de la condition physique en séance 1 et 8, travail de l'équilibre et de la proprioception, renforcement musculaire, exercices de mobilité et de souplesse, apprentissage des techniques de relevé de chute...

Séance nutrition : Apport théorique sur l'importance d'une alimentation et hydratation adaptée et équilibrée et mise en situation avec la création d'un plat via une liste de produits

LES ENJEUX

- Améliorer la santé et le bien-être des participants
- Renforcer la santé physique en améliorant la mobilité, la force et l'endurance
- Prévenir la perte d'autonomie et préserver l'indépendance
- Favoriser la compréhension de la nutrition, sensibiliser les seniors à une alimentation équilibrée et adaptée
- Rendre les seniors acteur de leur santé

RENSEIGNEMENTS

Lelong Vincent
vincent.lelong@asmouvement.fr
07 80 97 64 97

CONFÉRENCE DES FINANCEURS AUTONOMIE DES PERSONNES ÂGÉES

Communauté de Communes Moret Seine et Loing

Actions collectives de prévention de la perte d'autonomie autour de 3 axes :

- La prévention
- L'alimentation
- La rassurance

INFORMATIONS

- Où ? Territoire de la Communauté de Communes (18 communes)
- Pour qui ? Toute personne de plus de 60 ans
- Quand ? de janvier à novembre 2024

LES ACTIONS

- Ateliers de perception sensorielle
- Ateliers mémoire
- Ateliers permaculture
- Ateliers sur l'alimentation équilibrée
- Atelier « Savoir Rouler »
- Atelier « Gestes qui sauvent »
- Atelier sécurité routière
- Ateliers culinaires
- Cycle de soutien aux aidants/aidés

LES ENJEUX

- Améliorer les grands déterminants de la santé
- Sortir les séniors de l'isolement
- Nouer du lien social
- Aider et soutenir les aidants

RENSEIGNEMENTS

Nom du contact : ANTUNES Francine
Adresse mail :
francine.antunes@ccmsl.com
Téléphone : 0164706307

CCAS d'Annet sur Marne

Alimentation et Activités physiques adaptées

INFORMATIONS

Où ? Mairie de Annet-sur-Marne

Pour qui ? Toute personne de plus de 60 ans

Quand ? À partir d'avril 2024

LES ACTIONS

Ce programme de 12 séances de 1 à 2 heures, encourage durant 6 séances de 2 heures une alimentation saine en mettant l'accent sur les besoins nutritionnels spécifiques qui évoluent avec l'âge, tout en abordant des notions de consommation responsable et économique.

Le parcours comprend également 3 séances axées sur l'activité physique, visant à encourager la reprise de l'exercice, à aborder la prévention des chutes et à travailler sur l'amélioration de l'équilibre. Enfin, les 3 modules consacrés à la mémoire visent à montrer que la mémoire se décline en plusieurs facettes et peut être entretenue grâce à des exercices simples que l'on peut reproduire chez soi.

LES ENJEUX

Explorer les sujets cruciaux liés à la perte d'autonomie et les encourager à rester actifs au quotidien en intégrant les conseils et les recommandations

Sensibiliser les participants à l'importance de s'engager dans un processus global de prévention

Combattre le sentiment de solitude, revitaliser le tissu social

RENSEIGNEMENTS

Nom du contact **Sandrine Bevierre**

Adresse mail

adjoint2@annetsurmarne.fr

Téléphone 01 60 26 02 79



Ville d'Annet sur Marne

Ateliers de socio-esthétique

INFORMATIONS

Où ? Mairie de Annet-sur-Marne

Pour qui ? Toute personne de plus de 60 ans

Quand ? À partir d'avril 2024

LES ACTIONS

Les ateliers de socio-esthétique se composent de 6 séances de 2 heures avec des professionnelles qualifiées et sélectionnées pour leur expérience avec des publics senior et des publics fragilisés.

Ces séances aborderont les soins des mains et du visage, la confection de cosmétiques, entre autres. Elles rassembleront en moyenne 10 personnes toutes les semaines durant environ 1 mois et demi.

LES ENJEUX

Briser le cycle de l'isolement social des personnes âgées

Sensibiliser sur l'importance du bien-être physique et mental

Redonner confiance aux seniors en leur apparence, en leur santé physique et en leur capacité à interagir socialement

RENSEIGNEMENTS

Nom du contact **Sandrine Bevierre**

Adresse mail

adjoint2@annetsurmarne.fr

Téléphone **01 60 26 02 79**

CCAS de Claye-Souilly

La méditation : une pratique alliée dans sa vie

INFORMATIONS

- Où ? Foyer Burel, Claye-Souilly
- Pour qui ? Toute personne de plus de 60 ans
- Quand ? une session à partir du mois d'avril et une session à partir d'octobre

LES ACTIONS

- Une séance d'information
- 8 séances de prévention
- Des outils pour s'entraîner à domicile

LES ENJEUX

- permettre d'accéder à un mieux être
- meilleure gestion des émotions
- découvrir une pratique de santé
- préserver sa vivacité d'esprit

RENSEIGNEMENTS

Nom du contact : RIOU Christelle
Adresse mail : c.riou@claye-souilly.fr
Téléphone : 01.60.26.92.37

CENTRE DES PYRAMIDES

CCAS DE LESIGNY

Maintien du lien social/utilité sociale/lutte contre
l'isolement/Favoriser le bien-vieillir par des activités
pluridisciplinaires

INFORMATIONS

- Où ? Centre des Pyramides de Lésigny
- Pour qui ? Toute personne de plus de 60 ans
- Quand ? d'avril à décembre 2024

LES ACTIONS

- Ateliers de danse thérapie
- Ateliers de médiation équine
- Séances de psychologie positive
- Ateliers cuisine

LES ENJEUX

- Favoriser le lien social et l'activité physique
- Développer le bien-être par la danse thérapie et les séances de psychologie positive
- Contribuer au bien-vieillir en pratiquant la médiation équine

RENSEIGNEMENTS

Nom du contact : M. Julien Larbouillat
Mail : julien.larbouillat@lesigny.fr

Téléphone : 06.82.47.99.90

CCAS DE ROISSY EN BRIE

Alimentation et Activités physiques adaptées

INFORMATIONS

Où ? Relais des Sources de Roissy-en-Brie

Pour qui ? Toute personne de plus de 60 ans

Quand ? À partir d'avril 2024

LES ACTIONS

Ce programme de 12 séances de 1 à 2 heures, encourage durant 6 séances de 2 heures une alimentation saine en mettant l'accent sur les besoins nutritionnels spécifiques qui évoluent avec l'âge, tout en abordant des notions de consommation responsable et économique.

Le parcours comprend également trois séances axées sur l'activité physique, visant à encourager la reprise de l'exercice, à aborder la prévention des chutes et à travailler sur l'amélioration de l'équilibre. Enfin, les 3 modules consacrés à la mémoire visent à montrer que la mémoire se décline en plusieurs facettes et peut être entretenue grâce à des exercices simples que l'on peut reproduire chez soi.

LES ENJEUX

Explorer les sujets cruciaux liés à la perte d'autonomie et les encourager à rester actifs au quotidien en intégrant les conseils et les recommandations

Sensibiliser les participants à l'importance de s'engager dans un processus global de prévention

Combattre le sentiment de solitude, revitaliser le tissu social

RENSEIGNEMENTS

Nom du contact **Xavier Siona-Hisry**

Adresse mail

x.siona-hisry@roissyenbrie77.fr

Téléphone **01 60 29 43 86**



CCAS DE ROISSY EN BRIE

Ateliers de socio-esthétique

INFORMATIONS

Où ? Relais des Sources de Roissy-en-Brie

Pour qui ? Toute personne de plus de 60 ans

Quand ? À partir d'avril 2024

LES ACTIONS

Les ateliers de socio-esthétique se composent de 6 séances de 2 heures avec des professionnelles qualifiées et sélectionnées pour leur expérience avec des publics seniors et des publics fragilisés.

Ces séances aborderont les soins des mains et du visage, la confection de cosmétiques, entre autres. Elles rassembleront en moyenne 10 personnes toutes les semaines durant environ 1 mois et demi.

LES ENJEUX

Briser le cycle de l'isolement social des personnes âgées

Sensibiliser sur l'importance du bien-être physique et mental

Redonner confiance aux seniors en leur apparence, en leur santé physique et en leur capacité à interagir socialement

RENSEIGNEMENTS

Nom du contact **Xavier Siona-Hisry**

Adresse mail

x.siona-hisry@roissyenbrie77.fr

Téléphone **01 60 29 43 86**



CCAS Saint Thibault des vignes

Tous en forme sur un vélo vers le Mont St Michel

INFORMATIONS

- Espace de vie sociale
Rue René Cassin 77400
Saint Thibault des vignes
- **Pour qui :** Toute personne de plus de 60 ans
- **Quand :** avril à mai 2024 , séjour vélo du 27 mai au 1^{er} juin 2024

LES ACTIONS

- Ateliers de prévention sur les addictions
- Ateliers de 1^{er} secours et défibrillateur
- Ateliers de prévention sécurité routière
- Ateliers de préparation entretien et réparation vélo
- Ateliers prévention sur la vue et l'ouïe
- Ateliers préparation physique hebdomadaire
- Atelier sur l'alimentation pour pratique physique
- Réalisation du Séjour vélo

LES ENJEUX

- La santé, le bien-être
- La prévention (addictions, alimentation, la vue, l'ouïe,...)
- Dynamique de groupe, préparation et participation commune
- Dépassement de soi, se sentir capable
- Développement du lien social

RENSEIGNEMENTS

Maryse NOURRI
maryse.nourri@ville-st-thibault.fr
Tél : 01.60.31.73.39/06.15.52.73.24



CCAS DE TORCY

A Torcy les seniors bougent et se rencontrent

INFORMATIONS

- Où ? TORCY
- Pour qui ? Toute personne de plus de 60 ans
- Quand ? Tous les mardis matin hors période de vacances scolaires

LES ACTIONS

- Séances de d'activité physique adaptée en partenariat avec AS mouvement les mardis matin de 10h à 11h30 dans les quartiers équipés de résidences Inter-Gé (Coteaux et Mail) ; en parallèle d'un premier groupe qui existe déjà à la résidence autonomie Les Cèdres.
- Olympiades réunissant 3 groupes
 - le 2 avril 14h/17h Gymnase Roger Couderc
 - Le 7 juillet 14h/17h au Gymnase Guy Chavanne
 - le 15 octobre 14h/17h à ma Maison des fêtes familiales
- Séance sportive et culturelle autour du Tennis le 5 juin à 10h au Gymnase Jean Monet

LES ENJEUX

- Lutter contre la sédentarité : activité physique adaptée et olympiades
- Lutter contre l'isolement : favoriser la rencontre d'autres retraités
- Aller vers les retraités : amener l'activité au plus près de leur lieu de vie
- Amener les seniors de la ville à mieux connaître les infrastructures et acteurs locaux et ainsi faciliter l'accès à la pratique d'une activité physique

RENSEIGNEMENTS

Nom du contact : Sophie MISMETTI
Adresse mail : smismetti@mairie-torcy.org
Téléphone 06.10.55.93.96

En Voiture Simone

Un projet pour interroger les seniors sur leur
relation à la sécurité routière qu'ils soient
au volant ou piéton !

INFORMATIONS

- Où ? Tournan-en-Brie et Gretz-Armainvilliers
- Pour qui ? Toute personne de plus de 60 ans
- Quand ? 2^e semestre 2024

LES ENJEUX

- Améliorer les grands déterminants de la santé
- Maintenir le lien social
- Utilité sociale
- Lutter contre l'isolement

RENSEIGNEMENTS

C.C.A.S DE TOURNAN-EN-BRIE
seniors@tournan-en-brie.fr
01.64.42.79.23

LES ACTIONS

Atelier hebdomadaire de septembre à décembre : mobilisation des capacités physiques et mentales pour une meilleure autonomie en conduite automobile.

Une grande journée de prévention le 13 novembre :

- Simulateur de conduite
- Drive Game
- Quiz code de la route
- Voiture tonneau
- Réalité virtuelle
- Conférence : thème risque routier
- Constat à l'amiable

Santé :

- Bilan auditif
- Bilan visuel
- Gestes de premier secours

La Vie en Rose

La Vie en Rose explore les histoires d'amour vécues des seniors. Nous ferons un voyage à travers le temps, les expériences, les défis, et les joies qui jalonnent ces étapes de la vie

INFORMATIONS

- Où ? Tournan-en-Brie
- Pour qui ? Toute personne de plus de 60 ans
- Quand ? mars à décembre 2024

LES ENJEUX

- Lutter contre l'isolement
- Maintenir le lien social
- Utilité sociale
- Améliorer les grands déterminants de la santé

RENSEIGNEMENTS

C.C.A.S DE TOURNAN-EN-BRIE
seniors@tournan-en-brie.fr
Téléphone : 01.64.42.79.23

LES ACTIONS

- **Lancement du projet :**
 - Spectacle et rencontre le 1^{er} Mars
- **Collectage des souvenirs amoureux**
 - 5 journées de collectage collectif du 15 au 27 mars
- **Atelier hebdomadaire d'écriture**
 - Tous les mardis du 5 mars au 2 juillet
- **Atelier portrait photo : 2^e trimestre 2024**
- **Atelier Roman-Photo 3^e trimestre 2024**
- **Exposition**
 - Des travaux réalisés toute l'année

La Vie en Rose

La Vie en Rose explore les histoires d'amour vécues des seniors. Nous ferons un voyage à travers le temps, les expériences, les défis, et les joies qui jalonnent ces étapes de la vie

INFORMATIONS

- Où ? Tournan-en-Brie
- Pour qui ? Toute personne de plus de 60 ans
- Quand ? mars à décembre 2024

LES ENJEUX

- Lutter contre l'isolement
- Maintenir le lien social
- Utilité sociale
- Améliorer les grands déterminants de la santé

RENSEIGNEMENTS

C.C.A.S DE TOURNAN-EN-BRIE
seniors@tournan-en-brie.fr
Téléphone : 01.64.42.79.23

LES ACTIONS

- Lancement du projet :
 - Spectacle et rencontre le 1^{er} Mars
- Collectage des souvenirs amoureux
 - 5 journées de collectage collectif du 15 au 27 mars
- Atelier hebdomadaire d'écriture
 - Tous les mardis du 5 mars au 2 juillet
- Atelier portrait photo : 2^e trimestre 2024
- Atelier Roman-Photo 3^e trimestre 2024
- Exposition
 - Des travaux réalisés toute l'année

Tous au sport !

Des activités sportives pour les seniors pour leur
redonner envie de pratiquer régulièrement
une activité physique !

INFORMATIONS

- Où ? Tournan-en-Brie, Gretz-Armainvilliers
- Pour qui ? Toute personne de plus de 60 ans
- Quand ? de mars à décembre 2024

LES ENJEUX

- Lutter contre l'isolement
- La santé par le sport
- Améliorer les grands déterminants de la santé

RENSEIGNEMENTS

C.C.A.S DE TOURNAN-EN-BRIE
SENIORS@TOURNAN-EN-BRIE.FR
01.64.42.79.23

LES ACTIONS

- Atelier hebdomadaire Gym douce :
 - 30 séances
 - Mars à décembre 2024
 - 2 cycles : mars à juin ; septembre à décembre
- Atelier hebdomadaire Tai-Chi :
 - 30 séances
 - Mars à décembre 2024
 - 2 cycles : mars à juin ; septembre à décembre
- Atelier hebdomadaire self défense :
 - 16 séances
 - Mars à juin 2024
- Atelier hebdomadaire Capoeira :
 - 16 séances
 - Septembre à décembre 2024
- Atelier hebdomadaire marche nordique :
 - 16 séances
 - Mars à juin 2024
- Randonnée
 - Avril à octobre



CCAS DE VAIRES-SUR-MARNE

Qi Gong pour les seniors

Le CCAS de Vaires-sur-Marne organise, avec le soutien de la Conférence des Financeurs de la Prévention de la Perte d'Autonomie, des séances de QI GONG pour les seniors.

Cette activité permet de renforcer le corps, de le rendre plus souple et d'optimiser toutes les fonctions de l'organisme. Il aide donc à entretenir sa santé et sa vitalité par une pratique corporelle et respiratoire.

INFORMATIONS

- Où ? Le jardin du pavillon Louis XIII de Vaires-sur-Marne
- Pour qui ? Toute personne de plus de 60 ans
- Quand ? d'avril à octobre 2024

LES ACTIONS

- Séances de QI GONG, les mardis de 9h à 10h30 du 23 avril au 15 octobre 2024
(sur inscription, dans la limite des places disponibles)

LES ENJEUX

- Prévenir la perte d'autonomie
- Maintenir le lien social par une pratique collective
- Offrir une visibilité aux seniors par une activité en extérieur

RENSEIGNEMENTS

Adresse mail
action.sociale@vairessurmarne.fr

Téléphone 01 64 72 89 91

CONFÉRENCE DES FINANCEURS
AUTONOMIE DES PERSONNES ÂGÉES

CT2S

Activités physiques adaptées, nutrition et sommeil

INFORMATIONS

- Où ? Sud Seine-et-Marne
- Pour qui ? Toute personne de plus de 60 ans
- Quand ? tout au long de l'année 2024

LES ACTIONS

- Ateliers d'Activités Physiques Adaptées. Accompagnement et suivi tout au long du projet
- Séances de bien-être, sophrologie et yoga
- Ateliers de cuisine thérapeutique, conseil diététique adaptée de recette et lecture des étiquettes
- Ateliers de conseil et partage : conférence sur l'alimentation, l'activité physique et le sommeil
- Ateliers de gestes des premiers secours et l'écho des seniors

LES ENJEUX

- Prévention des chutes
- Lutte contre l'isolement
- Une alimentation adaptée à son âge
- Connaissance sur le sommeil
- Avoir les ressources nécessaires en cas de besoin sur les premiers gestes de secours

RENSEIGNEMENTS

Fabrice Khédadi
contact@ct2s.net
06 51 69 59 08

Delta 7

E-sport

L'ambition de notre projet est de proposer des ateliers de prévention qui mêlent deux grands enjeux chez les seniors tels que l'activité physique et l'utilisation du numérique.

Le « E-sport » passe par la pratique d'une activité physique adaptée à la capacité motrice de chaque senior par le biais d'un outil numérique. Il travaille la motricité pour permettre un maintien de l'autonomie et tend à diminuer les risques de chute. Il stimule aussi les capacités cognitives (mémoire, attention, raisonnement...) et permet de développer la socialisation au travers de la participation en groupe.

Outre le fait d'avoir un impact sur la santé (réduction des maladies cardio-vasculaires, chroniques ou encore la dépression et l'anxiété...), de maintenir les capacités physique et cognitive, le sport via les jeux vidéo est également une véritable source de motivation et apporte beaucoup de plaisir.

INFORMATIONS

- Où ? Département de Seine-et-Marne
- Pour qui ? Seniors de 60 ans et plus, Gir 5-6 ou non GIRés.
- Quand ? 1^{er} février au 31 décembre 2024

LES ENJEUX

- Permettre l'acquisition de compétences numériques par la pratique
- Favoriser la préservation des capacités cognitives par la stimulation
- Encourager l'activité physique pour un maintien de l'autonomie
- Lutter contre l'isolement en permettant de tisser des liens sociaux

LES ACTIONS

- Action de 5 ateliers
- 8 à 10 participants
- Atelier d'une durée de 2 heures
 - Atelier 1 : Sensibilisation à l'activité physique. Introduction à l'e-sport et apprentissage des bases des jeux vidéo
 - Atelier 2 : Jeux vidéo pour la stimulation cognitive
 - Atelier 3 : Jeux de fitness et de mouvement
 - Atelier 4 : Tournoi entre les participants
 - Atelier 5 : Bilan et perspectives

RENSEIGNEMENTS

Nom du contact : Céline BOUHOT
Adresse mail : prevention@delta7.org
Téléphone : 06.98.62.10.27

Delta 7

Sécurité sur internet

L'ambition de notre projet est de proposer des ateliers de prévention qui mêlent sécurité en ligne et navigation autonome.

Nous sensibiliserons sur la sécurité en ligne et nous aiderons à identifier les principales menaces en ligne (phishing, usurpation d'identité...). Nous parlerons des bonnes pratiques en matière de sécurité en ligne (gestion des mots de passe, la vérification de l'authenticité des sites Web et le téléchargement prudent de fichiers).

Notre action a pour but de permettre aux seniors de naviguer en autonomie en toute sécurité et de savoir prendre des décisions éclairées.

Cette action offre également un espace de partage d'expériences et de soutien.

INFORMATIONS

- Où ? Département de Seine-et-Marne
- Pour qui ? Seniors de 60 ans et plus, Gir 5-6 ou non GIRés.
- Quand ? 1^{er} février au 31 décembre 2024

LES ENJEUX

- Manque de sensibilisation quant aux risques de la navigation en ligne
- Difficulté des seniors à identifier les menaces en ligne
- La complexité technologique qui vulnérabilise les seniors
- Isolation sociale qui augmente la vulnérabilité en ligne

LES ACTIONS

- Action de 4 ateliers
- 10 à 12 participants
- Atelier d'une durée de 2 heures
 - **Atelier 1** : Conférence de sensibilisation à la sécurité en ligne et aux principales menaces sur internet
 - **Atelier 2** : Un atelier jeux de société pour identifier les fraudes reçues par mail
 - **Atelier 3** : Un atelier jeux de société pour identifier les fraudes avec l'utilisation d'un smartphone
 - **Atelier 4** : Bilan et perspective

RENSEIGNEMENTS

Nom du contact : Céline BOUHOT
Adresse mail : prevention@delta7.org
Téléphone : 06.98.62.10.27

Delta 7

Itinéraire Vitalité

L'ambition de notre projet, issu des réflexions du Créathon 2023 et lauréat du prix du public, est de proposer aux seniors vivants en Seine-et-Marne un nouveau format d'atelier de prévention.

Il consiste à proposer une journée de prévention alliant randonnées chasse au trésor et découverte des actions de prévention.

Il vise à accompagner les seniors sur un parcours plus global de prévention permettant de vieillir en bonne santé et de prendre des mesures préventives adéquates. Des professionnels aborderont diverses thématiques telles que l'importance de la nutrition avec l'avancée en âge. Les bienfaits de l'activité physique régulière sur la santé physique et mentale. Les facteurs et les conséquences des chutes sur la santé et la qualité de vie.

INFORMATIONS

- Où ? Département de Seine-et-Marne
- Pour qui ? Seniors de 60 ans et plus, GIR 3-4, GIR 5-6 ou non GIRés.
- Quand ? 1^{er} mai au 31 Octobre 2024

LES ENJEUX

- Sensibiliser aux risques de chute
- Promouvoir l'activité physique pour un maintien de l'autonomie
- Accompagner les seniors sur un parcours plus global de prévention permettant de vieillir en bonne santé
- Lutter contre l'isolement en permettant de tisser des liens sociaux

LES ACTIONS

- Action d'une journée
- 90 participants
- **Matinée** : Randonnée connectée avec 3 parcours en fonction du mode de déplacement :
 - Un parcours en vélo pour valoriser les mobilités douces pour les seniors actifs
 - Un parcours marcheurs
 - Un parcours mobilité adaptée accessible en fauteuil roulant, déambulateur ou canne
- **Après-midi** : Sensibilisation autour du bien vieillir et des conséquences de l'avancée en âge sur diverses thématiques de prévention (nutrition, mémoire, numérique, activité physique, bien-être, sécurité routière).

RENSEIGNEMENTS

Nom du contact : Céline BOUHOT
Adresse mail : prevention@delta7.org
Téléphone : 06.98.62.10.27

Delta 7

Vivre pleinement, marcher sereinement

L'ambition de notre projet est de proposer des ateliers de prévention qui mêlent deux grands enjeux chez les seniors tels que l'activité physique et la prévention des chutes.

Nous sensibiliserons sur les facteurs et conséquences des chutes potentiellement graves sur la santé et la qualité de vie afin d'inviter à prendre des mesures préventives adéquates. Nous aborderons les bienfaits de l'activité physique régulière sur la santé physique et mentale pour encourager à adopter un mode de vie actif. Nous réaliserons une randonnée connectée pour mettre en pratique les connaissances.

En rassemblant les seniors autour de ces ateliers, le projet vise aussi à créer un espace de partage et de soutien. Les participants pourront se motiver mutuellement, échanger leurs expériences et se sentir soutenus dans leur démarche de prévention des chutes et de promotion de l'activité physique.

INFORMATIONS

- Où ? Département de Seine-et-Marne
- Pour qui ? Seniors de 60 ans et plus, Gir 5-6 ou non GIRés.
- Quand ? 1^{er} février au 31 décembre 2024

LES ENJEUX

- Sensibiliser aux risques de chute
- Promouvoir l'activité physique pour un maintien de l'autonomie
- Améliorer l'équilibre et la coordination par des exercices physiques
- Lutter contre l'isolement en permettant de tisser des liens sociaux

LES ACTIONS

- Action de 4 ateliers
- 10 à 12 participants
- Atelier d'une durée de 2 heures
 - Atelier 1 : Conférence de sensibilisation sur l'activité physique
 - Atelier 2 : Préparation à la pratique de l'activité physique
 - Atelier 3 : Réalisation d'une randonnée connectée
 - Atelier 4 : Conférence de sensibilisation à la prévention des chutes

RENSEIGNEMENTS

Nom du contact : Céline BOUHOT
Adresse mail : prevention@delta7.org
Téléphone : 06.98.62.10.27

FOYER RURAL de CHALAUTRE la PETITE

RESUME DE L'ACTION 2024

INFORMATIONS

- Où ?
Salle des Fêtes de la Commune de Chalaudre la Petite
- Pour qui ?
Toutes personnes âgées de plus de 60 ans
- Quand ?
Du 01 janvier 2024 au 31 décembre 2024. Chaque mercredi en 4 séances de 1 heure

LES ENJEUX

- 1 Inciter les personnes de plus de 60 ans aux exercices physiques en prévention de la perte d'autonomie
- 2 Rompre l'isolement
- 3 Etendre notre périmètre d'action sur la commune de Sourdun
- 4 La professeure diplômée met en place des exercices physiques adaptés aux difficultés ou handicap des bénéficiaires, ce qui implique des groupes de 5/6 personnes maximum.
- 5 Notre action favorise le vieillissement en bonne santé en faveur des personnes autonomes et vivant à domicile.

LES ACTIONS

- Séances de Gymnastique adaptée dans le cadre de la Prévention de la Perte d'Autonomie.
 - Parcours Labyrinthe mémoire
 - Trampoline
 - Corde
 - Equilibre Mémoire
 - Ballon
 - Exercices Equilibre anti-chute
 - Exercices « comment se relever après une chute »



RENSEIGNEMENTS

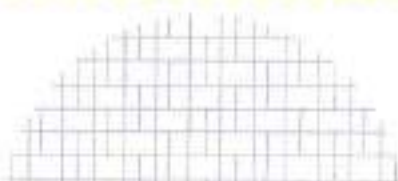
BERGEROLLE Patrick
patrick.bergerolle@wanadoo.fr
06.70.56.35.83

LUMEEEN

Prévention des chutes par la Réalité Virtuelle

INFORMATIONS

- Où ?
- Pour qui ? Toute personne de plus de 60 ans
- Quand ?



LES ENJEUX

- Rendre attractif le sujet de la prévention des chutes pour les seniors.
- Prévenir les situations à risque de chute, tant au domicile qu'en extérieur.
- Créer un outil impactant qui permet d'optimiser la diffusion, l'acceptation et la rétention des messages à travers des supports pédagogiques innovants.

LES ACTIONS

- Mise en place de focus groupes pour sonder les seniors sur leurs attentes en matière de prévention des chutes.
- Création d'un cahier des charges des scénarii immersifs suite aux focus groups.
- Tournage et production des scénarii immersifs.
- Formation des ergothérapeutes à la manipulation des mallettes VR et à l'animation d'ateliers.
- Mise en place d'ateliers de prévention des chutes innovants avec la malette Lumeen.

RENSEIGNEMENTS

Nom du contact : METGY Robin
Adresse mail : robin@lumeen.com
Téléphone : 06 69 63 55 41

Mutualité Française Ile-de-France

Check up santé en résidence sociale ADOMA – Meaux

INFORMATIONS

Où ? 19/09 : Meaux Bayard
7 Boulevard du Chevalier Bayard
77100 MEAUX

24/09 : Meaux PLC - 7 RUE PAUL LOUIS
COURIER - 77100 MEAUX

Pour qui ? Toute personne de plus de 60 ans

Quand ? 19 et 24 septembre 2004 : 2 journées en présentiel de 9h30-12h30 et 14h-17h

LES ENJEUX

- Proposer des dépistages liés au cœur et aux sens
- Apporter des conseils prévention santé adaptés
- Si nécessaire : orienter et accompagner la prise de rendez-vous avec des dispositifs d'accès aux droits et aux soins, des professionnels de santé et des dispositifs de prévention du territoire.

LES ACTIONS

2 journées de dépistages et de sensibilisation à la prévention santé. Parcours individuel de 2h environ composés de 5 consultations avec des professionnels de santé :

- Santé visuelle
- Santé auditive
- Santé cardiovasculaire
- Santé bucco-dentaire
- Santé nutritionnelle

Remise d'un Passeport Santé à chaque participant :

Compte-rendu des dépistages, des conseils préventifs et des éventuelles orientations.

RENSEIGNEMENTS

Nom du contact Mme LAU Kelly
Adresse mail klau@mutualite-idf.fr
Téléphone 07 85 03 06 43

Mutualité Française Ile-de-France

Check up santé en résidence sociale ADOMA - Chelles

INFORMATIONS

Où ? Chelles Anthonioz de Gaulle - 2 Rue Gabriel de Mortillet - 77500 CHELLES

Pour qui ? Toute personne de plus de 60 ans

Quand ? 1^{er} et 15 octobre 2024 : 2 journées en présentiel de 9h30-12h30 et 14h-17h

LES ACTIONS

2 journées de dépistages et de sensibilisation à la prévention santé.
Parcours individuel de 2h environ composés de 5 consultations avec des professionnels de santé :

- Santé visuelle
- Santé auditive
- Santé cardiovasculaire
- Santé bucco-dentaire
- Santé nutritionnelle

Remise d'un Passeport Santé à chaque participant :

Compte-rendu des dépistages, des conseils préventifs et des éventuelles orientations.

LES ENJEUX

- Proposer des dépistages liés au cœur et aux sens
- Apporter des conseils prévention santé adaptés
- Si nécessaire : orienter et accompagner la prise de rendez-vous avec des dispositifs d'accès aux droits et aux soins, des professionnels de santé et des dispositifs de prévention du territoire.

RENSEIGNEMENTS

Nom du contact Mme LAU Kelly
Adresse mail klau@mutualite-idf.fr
Téléphone 07 85 03 06 43

NEOPILATES

Stage de remobilisation corporelle et nutrition

INFORMATIONS

- Où ? St Ouen en brie, Rampillon, Vaux le pénil, St Mery et Nangis
- Pour qui ? Toute personne de plus de 60 ans
- Quand ? entre Mars et décembre 2024

LES ACTIONS

- Ateliers de remobilisation corporelle et nutrition
- 10 Séances de 1h30
- Ateliers d'équilibre
- Ateliers de renforcement musculaire
- Ateliers de nutrition (lecture des étiquettes, le bio, l'allégé, équilibre alimentaire)

LES ENJEUX

- améliorer son équilibre
- apprendre les bons gestes et posture
- remobiliser et développer les fonctions des muscles et articulations
- se sentir moins fatigué
- recevoir des conseils pour entretenir son capital santé notamment en nutrition

RENSEIGNEMENTS

Nom du contact : Lerche sophie
Adresse mail :
lerchesophie@gmail.com
Téléphone 0610786152



NEOSILVER

Ateliers de socio-esthétique

INFORMATIONS

Où ? CCAS d'Avon ; CCAS de Bussy-Saint-Georges ; CCAS de Chartrettes ; CCAS de Nemours ; CCAS de Noisiel ; CCAS de Saint-Thibault-des-Vignes ; CCAS de Vaires-sur-Marne

Pour qui ? Toute personne de plus de 60 ans

Quand ? À partir d'avril 2024

LES ACTIONS

Les ateliers de socio-esthétique se composent de 6 séances de 2 heures avec des professionnelles qualifiées et sélectionnées pour leur expérience avec des publics senior et des publics fragilisés.

Ces séances aborderont les soins des mains et du visage, la confection de cosmétiques, entre autres. Elles rassembleront en moyenne 10 personnes toutes les semaines durant environ 1 mois et demi.

LES ENJEUX

Briser le cycle de l'isolement social des personnes âgées

Sensibiliser sur l'importance du bien-être physique et mental

Redonner confiance aux seniors en leur apparence, en leur santé physique et en leur capacité à interagir socialement

RENSEIGNEMENTS

Nom du contact **Justine Duval**

Adresse mail

contact@retraite-neosilver.fr

Téléphone **09 80 80 91 12**

Prif – Prévention Retraite Ile-de-France

Construit autour de 11 ateliers, le Parcours prévention du Prif est accessible à tous les retraités qui veulent échanger sur la santé et le bien-être et acquérir de bons réflexes. Les ateliers, collectifs, peuvent être mis en place par tous les partenaires qui accueillent du public retraité autonome. Ils sont intégralement financés par le Prif et la Conférences des financeurs de Seine et Marne.

INFORMATIONS

- Où ? Le Prif intervient dans toute la Seine et Marne
- Pour qui ? Retraités autonomes
- Quand ? Tout au long de l'année, en visio ou dans les communes

LES ACTIONS

Le Prif est un organisme créé en 2011 par les caisses de retraites qui en assurent la gouvernance.

Le Parcours de Prévention du PRIF recouvre les thématiques clés du bien vieillir :

- Ateliers mémoire : 11 séances pour faire travailler ses fonctions cognitives
- Atelier L'équilibre en mouvement : 12 séances de renforcement musculaire
- Atelier Bien sur Internet : 10 séances pour prendre en main l'outil informatique et savoir communiquer avec ses proches et les institutions
- Atelier « + de pas » : 5 séances de sensibilisation aux bienfaits de la marche et de challenges connectés
- Atelier Tremplin : 5 séances pour accompagner le passage à la retraite
- Atelier Bien dans son assiette : 5 séances pour prendre plaisir à manger équilibré
- Atelier Bien chez soi : 5 séances pour rendre son logement sur et confortable
- Atelier Vitalité : 7 séances pour échanger sur le bien-être et la santé
- Atelier Cap Bien-être : 4 séances pour échanger autour de la santé mentale

LES ENJEUX

- Accroître l'espérance de vie en bonne santé : en sensibilisant les seniors à devenir acteurs de leur santé, et en favorisant le développement du lien social de proximité,
- Maintenir les grands déterminants de la santé en favorisant la culture de la prévention chez les seniors,
- Valoriser la place des seniors dans la société et leurs compétences via une meilleure reconnaissance et valorisation de leurs compétences.

RENSEIGNEMENTS

Site Internet : [Accueil - PRIF - Partenaire des jeunes de plus de 60 ans](#)

Mail : contact.prif@prif.fr

77 CONFÉRENCE DES FINANCEURS AUTONOMIE DES PERSONNES ÂGÉES

Association RIVAGE Autonomie



L'atelier écriture est un espace convivial de partage et de création où les participants peuvent exprimer leurs idées, souvenirs et créativité à travers l'art des mots.

INFORMATIONS

Où ? Bibliothèque Municipale de L'Arcature
1, rue Charles Jean Brillard
77000 - Vaux-le-Pénil

- **Pour qui ?** toute personne de plus de 60 ans
- **Quand ?** Un jeudi par mois de 10h à 12h

LES ACTIONS

Un jeudi par mois de 10h à 12h

- 18 janvier 2024
- 15 février 2024
- 21 mars 2024
- 18 avril 2024
- 16 mai 2024
- 20 juin 2024
- 19 septembre 2024
- 17 octobre 2024
- 21 novembre 2024
- 19 décembre 2024

LES ENJEUX

1. Lutter contre l'isolement social en facilitant les rencontres et les échanges entre pairs au sein et en dehors du groupe
2. Favoriser la transmission de la mémoire collective par le partage de récits personnels et concourir par ce biais à la valorisation de la place de nos aînés dans notre société
3. Encourager l'expression personnelle et émotionnelle pour une meilleure conscience des besoins et faire en sorte de les satisfaire
4. Amélioration de la qualité de vie des participants en facilitant l'accès aux dispositifs de droits commun et/ou spécifiques au territoire.

RENSEIGNEMENTS

Nom du contact MéliSSa FIRPION
Adresse mail accueil@pat-melun.fr
Téléphone 01 64 52 24 48



SAPARMAN

Prévention des chutes

INFORMATIONS

- Où ? Seine et Marne
- Pour qui ? Toute personne de plus de 60 ans
- Quand ? Du 22 avril 2024 au 20 décembre 2024

LES ACTIONS

- 1 Ateliers de Taïso
 - 20 Séances dont 1 bilan physique initial et final
- 1 Ateliers de Taïso
 - 20 Séances dont 1 bilan physique initial et final
- 1 Ateliers de Taïso
 - 20 Séances dont 1 bilan physique initial et final
- 1 Ateliers de Taïso
 - 20 Séances dont 1 bilan physique initial et final

LES ENJEUX

- Diminuer le nombre de chutes.
- Atténuer les traumatismes émotionnels liés aux chutes
- Combattre efficacement la dépression légère à modérée
- Encourager la socialisation et l'élargissement du cercle social
- Promouvoir la conscience de l'importance d'une activité physique régulière et d'un mode de vie saine.

RENSEIGNEMENTS

Nom du contact : POLIXENE Florent
Adresse mail : florent@saparman.com
Téléphone : 06.38.77.12.15

ASSOCIATION SIEL BLEU

Activités physoques adaptées

INFORMATIONS

- Où ? Ozoir la ferrière / Brie comte robert / Fontenay-trésigny / Crécy la chapelle / Rosay en brie / Esbly / Avon / Mormant
- Pour qui ? Toute personne de plus de 60 ans
- Quand ? 2024

LES ACTIONS

- 1 demi-journée découverte avec :
 - Conférence/Réunion d'information « Bienfaits des APA » après 60 ans et séance de démonstration
 - Présentation des ateliers et recueil des inscriptions
- Séances de Gym Prévention Santé : 1 séance d'1h par semaine, animée par un professionnel en APAS, de l'association Siel Bleu
- 3 lieux différents

LES ENJEUX

- Sensibiliser les personnes aux bienfaits de la pratique physique régulière
- Participer à la lutte contre les effets négatifs du vieillissement
- Participer à la lutte contre les effets négatifs du vieillissement
- Participer à la lutte contre les effets négatifs du vieillissement
- Partage et lien social

RENSEIGNEMENTS

Alexandre JALAMA
Alexandre.jalama@sielbleu.org
Téléphone : 07 64 17 02 77

SOUTIEN FACIL PARCOURS BIEN ETRE

RESUME DE L'ACTION : *Ateliers d'écriture – Samois sur Seine*

INFORMATIONS

- Où ? Samois sur Seine
- Pour qui ? Toute personne de plus de 60 ans
- Quand ? Tout au long de l'année

LES ACTIONS

- 5 Ateliers de 10 à 12 personnes
- Séances de 2h environ

LES ENJEUX

- 1 Utiliser l'écriture pour favoriser l'expression
- 2 Faire travailler les neurones de manière ludique et adaptée à chacun
- 3 Favoriser la collaboration et le partage autour de réalisations communes
- 4 Permettre le lien social dans la bonne humeur
- 5 Donner des activités que chacun peut poursuivre à domicile

RENSEIGNEMENTS

Nom du référent : Katia LEFORT
Adresse mail :
accueil@pat-fontainebleau.fr
Téléphone : 01 64 28 75 25

SOUTIEN FACIL PARCOURS BIEN ETRE

RESUME DE L'ACTION : *Ateliers d'écriture - Nemours*

INFORMATIONS

- Où ? Nemours – Locaux de l'association
- Pour qui ? Toute personne de plus de 60 ans
- Quand ? Tout au long de l'année

LES ENJEUX

- 1 Utiliser l'écriture pour favoriser l'expression
- 2 Faire travailler les neurones de manière ludique et adaptée à chacun
- 3 Favoriser la collaboration et le partage autour de réalisations communes
- 4 Permettre le lien social dans la bonne humeur
- 5 Donner des activités que chacun peut poursuivre à domicile

LES ACTIONS

- 10 Ateliers de 10 à 12 personnes
- Le jeudi après-midi de 14h à 16h
- Séances de 2h environ

ATELIER D'ÉCRITURE
Découvrez le pouvoir extraordinaire d'une feuille et d'un oiseau !

Un cadre collectif bienveillant, des poètes, des exercices surprenants qui emballent l'imagination, tout le monde peut écrire avec originalité et plaisir !

L'écriture collective et créative rend le créateur qui existe en chaque personne !
C'est une manière de cultiver et l'enrichissement de l'imagination.

Le jeudi, de 14h à 16h20
09/09 - 07/12 - 07/09 - 07/12 - 07/09

À Nemours
PAT - CH Sud 77
15 rue des Chénilles

Inscriptions obligatoires

01 64 28 75 25 www.pat-fontainebleau.fr

RENSEIGNEMENTS

Nom du référent : Katia LEFORT
Adresse mail : accueil@pat-fontainebleau.fr
Téléphone : 01 64 28 75 25

SOUTIEN FACIL SPORT SANTE
**RESUME DE L'ACTION : *Ateliers Sport Santé-
Saint Pierre les Nemours***

INFORMATIONS

- Où ? Saint Pierre les Nemours
- Pour qui ? Toute personne de plus de 60 ans
- Quand ? Tout au long de l'année de Janvier à Décembre

LES ENJEUX

- 1 Maintenir une activité physique adaptée
- 2 Travailler la mobilité et l'équilibre
- 3 Prendre plaisir
- 4 Créer du lien social

LES ACTIONS

- Séance de 15 à 20 personnes
- Saint Pierre les Nemours
- Séance de 1h



SPORT SANTE

14 séances de sport adapté
pour améliorer sa mobilité et sa souplesse articulaire.
De janvier à décembre, 1 fois par semaine.

Le jeudi, de 10h30 à 11h
Salle F. Charpentier,
77160 ST PIERRE LES NEMOURS



Inscriptions obligatoires
(nombre de places limité)

01 64 28 75 25 accueil@pat-fontainebleau.fr

RENSEIGNEMENTS

Nom du référent : Katia LEFORT
Adresse mail :
accueil@pat-fontainebleau.fr
Téléphone : 01 64 28 75 25

SOUTIEN FACIL PARCOURS BIEN ETRE

RESUME DE L'ACTION : *Auto massage et acupression - Samoreau*

INFORMATIONS

- Où ? Samoreau
- Pour qui ? Toute personne de plus de 60 ans
- Quand ? 6 septembre et 25 octobre

LES ENJEUX

- 1 Découvrir des méthodes d'auto massage et d'acupression visant à soulager les douleurs, les situations de stress et favoriser le sommeil
- 2 Pratiquer sur place et pouvoir reproduire chez soi grâce au livret proposé
- 3 Favoriser le partage entre participants et le lien social

LES ACTIONS

- 2 séances de 10 à 12 personnes
- Samoreau
- Séances de 2h environ



ATELIER D'AUTOMASSAGE
SEANCES ANIMÉES PAR H. PAGÈRE

Apprendre à s'automasser
Garder le plaisir
et les bienfaits du massage
même lorsque l'on est seul
en découvrant
diverses techniques

Le 6 septembre et le 25 octobre 2022,
de 14h30 à 16h30

Sur inscription
01 64 28 75 25
accueil@pat-fontainebleau.fr

A Samoreau
PAT, Pôle de coordination
32 rue Grande



RENSEIGNEMENTS

Nom du référent : Katia LEFORT
Adresse mail :
accueil@pat-fontainebleau.fr
Téléphone : 01 64 28 75 25

SOUTIEN FACIL PARCOURS BIEN ETRE

RESUME DE L'ACTION : *Café littéraire – Bois le Roi et Larchant*

INFORMATIONS

- Où ? Bois le Roi et Larchant (dates à préciser pour ce second lieu)
- Pour qui ? Toute personne de plus de 60 ans
- Quand ? Tout au long de l'année

LES ENJEUX

- 1 Utiliser le plaisir de la lecture pour favoriser l'expression et le partage
- 2 Faire travailler les neurones de manière ludique et adaptée à chacun
- 3 Favoriser le partage autour de ses lectures
- 4 Permettre le lien social dans la bonne humeur

LES ACTIONS

- 2 séances de 10 à 12 personnes
- 3 juin et 16 septembre 2024 de 14 à 16h pour Bois le Roi
- Séances de 2h environ



RENSEIGNEMENTS

Nom du référent : Katia LEFORT
Adresse mail :
accueil@pat-fontainebleau.fr
Téléphone : 01 64 28 75 25

SOUTIEN FACIL PARCOURS BIEN ETRE

RESUME DE L'ACTION : *Des vitamines dans mon assiette ! – Valence en Brie*

INFORMATIONS

- Où ? Valence en Brie
- Pour qui ? Toute personne de plus de 60 ans
- Quand ? 12 juin matin

LES ACTIONS

- Séance de 10 à 15 personnes
- Valence en Brie
- Séance de 2h30 environ



LES ENJEUX

- 1 Faire cohabiter une diminution de consommation de viande et un maintien des apports nécessaire
- 2 Prendre plaisir avec des options végétariennes dans son alimentation
- 3 Faire évoluer les habitudes alimentaires
- 4 Faire cohabiter plaisir et alimentation responsable

RENSEIGNEMENTS

Nom du référent : Katia LEFORT
Adresse mail : accueil@pat-fontainebleau.fr
Téléphone : 01 64 28 75 25

SOUTIEN FACIL PARCOURS BIEN ETRE

RESUME DE L'ACTION : *Huiles essentielles – Grez sur Loing*

INFORMATIONS

- Où ? Grez sur Loing
- Pour qui ? Toute personne de plus de 60 ans
- Quand ? 30 avril matin

LES ENJEUX

- 1 Découvrir l'utilisation et les bienfaits des huiles essentielles
- 2 Elaborer une huile de soin pour améliorer le sommeil, la digestion...
- 3 Favoriser le partage entre participants et le lien social

LES ACTIONS

- Séances de 10 à 16 personnes
- Nemours
- Séances de 1h30 environ

HUILES ESSENTIELLES
Animé par PETITE PIMPRELLE

Mieux être au quotidien !
Se préparer une huile de soin personnalisée
pour améliorer digestion, sommeil, tensions...
Présentation des huiles, de leurs propriétés
et conseils d'utilisation.

Le 30 avril 2024, de 10h à 11h

Sur inscription
01 64 28 75 25
accueil@pat-fontainebleau.fr

à Grez sur Loing
141e Victor Hugo
rue Victor Hugo

RENSEIGNEMENTS

Nom du référent : Katia LEFORT
Adresse mail :
accueil@pat-fontainebleau.fr
Téléphone : 01 64 28 75 25

SOUTIEN FACIL SPORT SANTE
RESUME DE L'ACTION : *Marche avec bâtons-*
Saint Pierre les Nemours

INFORMATIONS

- Où ? Morêt Loing et Orvanne
- Pour qui ? Toute personne de plus de 60 ans
- Quand ? du 17 juin au 15 juillet

LES ENJEUX

- 1 Maintenir une activité physique adaptée
- 2 Travailler la mobilité et l'équilibre
- 3 Prendre plaisir
- 4 Créer du lien social

LES ACTIONS

- Séance de 15 à 20 personnes
- Morêt Loing et Orvanne
- Séances de 1h30



MARCHE AVEC BÂTONS

Développer une activité sportive de plein air, technique et progressive en groupe et dans la bonne humeur !

Encadré par un éducateur média-pédag, venez travailler votre souffle et tous les muscles de votre corps en utilisant bâtons dynamiques et plus légers et l'ode de bâton spécialement conçu à la disposition

**Du 17 juin au 15 juillet 2024,
le lundi de 10h30 à 12h**

**Marché-Morêt sur Loing
Les parcs de BDV
marché ouvert de 10h30 à 12h**

**Inscriptions obligatoires
(nombre de places limitées)**

01 64 28 75 25 accueil@pat-fontainebleau.fr

RENSEIGNEMENTS

Nom du référent : Katia LEFORT
Adresse mail :
accueil@pat-fontainebleau.fr
Téléphone : 01 64 28 75 25

SOUTIEN FACIL PARCOURS BIEN ETRE

RESUME DE L'ACTION : *Méditation – Nemours*

INFORMATIONS

- Où ? Nemours
- Pour qui ? Toute personne de plus de 60 ans
- Quand ? Tout au long de l'année

LES ENJEUX

- 1 Découvrir la pratique de la méditation de pleine conscience
- 2 Pratiquer sur place et pouvoir reproduire chez soi des exercices permettant la gestion du stress, de douleurs et améliorant le sommeil
- 3 Favoriser le partage entre participants et le lien social

LES ACTIONS

- Séances de 10 à 16 personnes
- Nemours
- Séances de 1h30 environ

MÉDITATION PLEINE CONSCIENCE
SÉANCES ANIMÉES PAR N. VANILLE

Postures, respiration, techniques, ...
pour trouver
le bien-être, l'apaisement,
le sommeil, ...

De janvier à décembre,
le mardi après-midi,
de 14h à 15h30

Sur inscription
01 64 28 75 25
accueil@pat-fontainebleau.fr

à Nemours
P.A.T., CH Iud 77
15 rue des Chevaliers

RENSEIGNEMENTS

Nom du référent : Katia LEFORT
Adresse mail :
accueil@pat-fontainebleau.fr
Téléphone : 01 64 28 75 25

SOUTIEN FACIL PARCOURS BIEN ETRE

Musique et paroles

INFORMATIONS

- Où ?
- Pour qui ? Toute personne de plus de 60 ans
- Quand ? Pique nique de juin / repas partagé de fin d'année

LES ACTIONS

- 2 séances de 10 à 12 personnes
- Dates et lieux à définir
- Séances de 2h environ

LES ENJEUX

- 1 Utiliser le plaisir pour favoriser l'expression et le partage
- 2 Faire travailler les neurones de manière ludique et adaptée à chacun
- 3 Favoriser le partage autour du chant
- 4 Permettre le lien social dans la bonne humeur

RENSEIGNEMENTS

Nom du référent : Katia LEFORT
Adresse mail :
accueil@pat-fontainebleau.fr
Téléphone : 01 64 28 75 25



UFOLEP 77

Le projet Y'APA D'AGE consiste à dispenser une fois par semaine une séance d'activité physique adaptée dans le but de préserver l'autonomie des personnes âgées

INFORMATIONS

- **Où ?** 3 communes du 77 : Savigny-le-Temple, Moissy-Cramayel et Dammarie-les-Lys en prévision
- **Pour qui ?** Toute personne de plus de 60 ans
- **Quand ?** Sur l'année 2024

LES ENJEUX

- Accompagner les personnes âgées à réduire leur sédentarité au quotidien.
- Utiliser le multisport pour travailler sur les capacités physiques et mentales dans le but de retarder la perte d'autonomie.
- Réduire l'accentuation de l'isolement social (éloignement physique).
- Préserver l'autonomie des personnes âgées pour anticiper les effets négatifs de l'âge.
- Faire découvrir de nouvelles activités multisports.

LES ACTIONS

- Ateliers multisports destinés aux seniors présentant un risque de perte d'autonomie.
- Séances d'1 heure par semaine (hors vacances scolaires) auprès de 15 personnes par groupe. 2 éducateurs sportifs diplômés interviennent sur le projet.
- Environ 30 séances sur l'année.
- Événement de sport senior permettant de découvrir de nouvelles activités auprès de 100 bénéficiaires.
- Des initiations seront réalisées durant les grandes vacances ainsi que durant la semaine bleue afin de sensibiliser à l'activité physique au quotidien.
- Préparation physique des participants à la réalisation d'une marche dans le cadre d'un événement Octobre Rose 2024.

RENSEIGNEMENTS

Nom du contact COUSSEAU Adrien
Adresse mail
Adrien.cousseau@ufolep77.org
Téléphone 01 64 41 08 30

77

CONFÉRENCE DES FINANCEURS
AUTONOMIE DES PERSONNES ÂGÉES

Uniscité

Intergénéreux 77 : Lutter contre l'isolement des seniors et développement d'ateliers intergénérationnels

INFORMATIONS

- Où ? Brie Comte Robert, Savigny le Temple, Melun, Dammarie les Lys, Châtelet en Brie, Provins, Samoreau et Varennes sur Seine
- Pour qui ? Toute personne de plus de 60 ans
- Quand ? Du 09 janvier au 19 août 2024

LES ENJEUX

Réduire l'isolement des personnes âgées recevant peu de visites de leur entourage

Développer des liens et ateliers intergénérationnels avec des jeunes engagés en Service Civique et valoriser leurs parcours de vie

Favoriser le bien-être et le bien-vivre des personnes âgées dans leur environnement

Contribuer à préserver leur autonomie et leur maintien à domicile

LES ACTIONS

Des binômes et trinômes de volontaires en Service Civique proposent aux seniors se sentant isolés :

- Des visites de convivialité à domicile en proposant des temps d'échange, de loisirs, de balade, de jeux, cuisine...
- Des appels de courtoisies
- Des animations collectives auprès de nos partenaires (CCAS, centres sociaux, associations)

RENSEIGNEMENTS

Nom du contact : Kevin SANCHEZ
Adresse mail : ksanchez@uniscite.fr
Téléphone : 07 61 13 41 15



Ville de Coulommiers

Activités physiques adaptées

INFORMATIONS

- Où ? Coulommiers
- Pour qui ? Toute personne de plus de 60 ans
- Quand ? Tout au long de l'année 2024

LES ACTIONS

- Conférences/débats de sensibilisation aux enjeux
- Sessions de détection des risques de chutes
- Séances d'activité « Équilibre et Mouvement »
- Ateliers « Marche Bien-Être »
- Ateliers diététiques
- Conception d'un livret d'exercices à réaliser à domicile

LES ENJEUX

- Sensibiliser et informer le public senior, aidants et professionnels de santé aux risques et enjeux des chutes
- Détecter les personnes présentant un risque élevé de chute
- Proposer des ateliers d'activité physique adaptée « Équilibre et Mouvement » afin de prévenir les chutes chez les personnes à risque
- Permettre aux seniors d'avoir un mode de vie plus actif
- Améliorer l'alimentation des seniors

RENSEIGNEMENTS

Nom du contact : Cyrille Ficher
Adresse mail :
sport.sante@coulommiers.fr
Téléphone : 06 13 64 28 56



VILLE DE COLLEGIEN

ATELIER SOCIO-ESTHETIQUE

INFORMATIONS

Où ? La Fabrique Citoyenne, rue des Saules 77090 Collégien

Pour qui ? Toute personne de plus de 60 ans

Quand ? À partir de mai 2024

LES ACTIONS

Les ateliers de Socio-esthétique se composent de 6 séances de 2 heures avec des professionnelles qualifiées et sélectionnées pour leur expérience avec des publics senior et des publics fragilisés.

Ces séances aborderont les soins des mains et du visage, la confection de cosmétiques, entre autres. Elles rassembleront en moyenne 10 personnes toutes les semaines durant environ 1 mois et demi.

LES ENJEUX

- Briser le cycle de l'isolement social des personnes âgées
- Sensibiliser sur l'importance du bien-être physique et mental
- Redonner confiance aux seniors en leur apparence, en leur santé physique et en leur capacité à interagir socialement

RENSEIGNEMENTS

Nom du contact **MAIRIE DE COLLEGIEN**

Adresse mail

fabrique.citoyenne@collegien.fr

Téléphone **01 60 35 45 96**

Nom du contact **Justine Duval**

Adresse mail **contact@retraiteneosilver.fr**

Téléphone **09 80 80 91 12**



VILLE DE COLLEGIEN

ATELIER APAMA

INFORMATIONS

Où ? La Fabrique Citoyenne, rue des Saules 77090 Collégien

Pour qui ? Toute personne de plus de 60 ans

Quand ? À partir de septembre 2024

LES ENJEUX

- Explorer les sujets cruciaux liés à la perte d'autonomie et les encourager à rester actifs au quotidien en intégrant les conseils et les recommandations
- Sensibiliser les participants à l'importance de s'engager dans un processus global de prévention
- Combattre le sentiment de solitude, revitaliser le tissu social

LES ACTIONS

L'Atelier APAMA est un programme de 12 séances de 1 à 2 heures.

Il encourage durant 6 séances de 2 heures une alimentation saine en mettant l'accent sur les besoins nutritionnels spécifiques qui évoluent avec l'âge, tout en abordant des notions de consommation responsable et économique.

Le parcours comprend également trois séances axées sur l'activité physique, visant à encourager la reprise de l'exercice, à aborder la prévention des chutes et à travailler sur l'amélioration de l'équilibre.

Et enfin, une partie de trois modules consacrés à la mémoire. Elle vise à montrer que la mémoire se décline en plusieurs facettes et peut être entretenue grâce à des exercices simples que l'on peut reproduire chez soi.

RENSEIGNEMENTS

Nom du contact **MAIRIE DE COLLEGIEN**

Adresse mail

fabrique.citoyenne@collegien.fr

Téléphone 01 60 35 45 96

Nom du contact **Justine Duval**

Adresse mail contact@retraiteneosilver.fr

Téléphone 09 80 80 91 12

Actions en EHPAD

77 CONFÉRENCE DES FINANCEURS AUTONOMIE DES PERSONNES ÂGÉES

coallia➤
pour l'insertion, vers l'autonomie
| EHPAD LA GARENNE

COALLIA RESIDENCE LA GARENNE LA GRANDE PAROISSE

INFORMATIONS

- Où ? LA GRANDE PAROISSE
- Pour qui ? RESIDENTS DE L'EHPAD
- Quand ? tous les 15 jours

LES ENJEUX

- Favoriser l'estime de soi et le bien être
- Permettre l'expression d'émotion et la résurgence de souvenirs
- Redévelopper un sentiment d'appartenance

LES ACTIONS

Ateliers d'Art thérapie et Chorale

Le projet vise à stimuler les capacités motrices, cognitives et créatives de nos résidents tout en favorisant le lien social et lutter contre l'isolement. Outre le bénéfice sur la Santé des activités proposées, le fait de partager des moments de convivialité permet à nos résidents de créer des liens qui se renforcent au gré des activités. Il s'agira de prévenir la perte d'autonomie en agissant sur la préservation de l'équilibre psychique, social et moral...

- Art-thérapie: contribue à apaiser les tensions internes, transformer les souffrances physiques, permet l'expression des émotions par la création, travail autour de l'estime de soi

- Atelier chorale : Permet d'évacuer le stress, de prendre confiance en soi, d'améliorer ses capacités respiratoires et la mémoire.

RENSEIGNEMENTS

Nom du contact : Vincent MENARD
Adresse mail : vincent.menard@coallia.org
Téléphone : 01.60.57.51.30

E.H.P.A.D. Les Jardins de Chagot

Proposer aux résidents de l'E.H.P.A.D. des ateliers de danse adaptée dispensés par une chorégraphe professionnelle

INFORMATIONS

- **Où ?** E.H.P.A.D. Les Jardins de Chagot, en salle d'animation
- **Pour qui ?** Toute personne âgée de plus de 60 ans, quelque soit leurs pathologies et/ou leur handicap
- **Quand ?** De janvier et décembre 2024

LES ENJEUX

- Lutter contre la sédentarité et l'inactivité physique
- Prévenir les risques de chutes chez les sujets âgés
- Limiter la perte d'autonomie
- Réduire le stress, l'anxiété et la dépression
- Contribuer au bien-être, l'estime de soi et à la qualité de vie des résidents
- Développer l'ouverture sur l'extérieur et la mixité sociale
- Lutter contre l'isolement

LES ACTIONS

- Ateliers de janvier à décembre 2024
- Séances de 1h30, deux fois par mois
- Les séances sont proposées un lundi sur 2
- 40h d'ateliers proposés
- 4 heures de répétition avant le spectacle de fin d'année
- Représentation au profit du téléthon
- Spectacle de danse adaptée au sein de l'E.H.P.A.D. proposé aux familles, au personnel et aux habitants de la commune

RENSEIGNEMENTS

Jeanne NGUEFACK
respaddingratif@ehpad-chagot.fr
Tél : 01.64.29.90.57.

EHPAD LBA La caravelle

Ferme pédagogique Ticoa

INFORMATIONS

- Où ?
Résidence La Caravelle : salle commune ou jardin selon le temps
- Pour qui ? Toute personne de plus de 60 ans
- Quand ?
1 fois par mois

LES ACTIONS

- Echanges avec les animaux
- Echanges avec les autres résidents
- Travail de mémorisation
- S'occuper des animaux de la bonne façon
- Se relaxer auprès des animaux (câlinothérapie)

LES ENJEUX

- maintenir le lien social
- lutter contre l'isolement
- stimulations sensorielles
- stimulation mnésique
- diminution des troubles lors des échanges avec les animaux

RENSEIGNEMENTS

Claire Hurtaud / Wassa Traoré
anistsoupplets@lesbruyères-asso.org
01 60 61 54 95

RESIDENCE LA BRUYERE

Offrir à nos résidents de participer à des ateliers de musicothérapie afin de stimuler et améliorer la motricité et la coordination cognitive.

INFORMATIONS

- Où ? Dans l'EHPAD
- Pour qui ? Toute personne de plus de 60 ans
- Quand ? sur l'année 2024

LES ACTIONS

- Ateliers de musicothérapie
- Séances de 1h15 environ tous les 15 jours sur 10 mois

LES ENJEUX

Accompagnement des résidents rencontrant des difficultés comportementales, relationnelles ou de communication.

Soulager les problèmes de santé en ayant des bienfaits sur la réduction de la tension artérielle, la stimulation de la mémoire, la coordination et l'équilibre et la lutte contre le stress et l'anxiété.

RENSEIGNEMENTS

DELESTRE Nadine
anivoulx@asso-lesbruyeres.org

EHPAD LBA LUCIE ET EDGAR FAURE

« *L'empreinte du cheval* »

Notre projet d'équithérapie après 70 ans

INFORMATIONS

- **Où ?** Résidence LBA Lucie et Edgar Faure Centre Equestre de Chailly-en-Bière
- **Pour qui ?** Toute personne de plus de 60 ans ayant une sensibilisation auprès des animaux
- **Quand ?** Deux fois par mois de février à décembre 2024

LES ACTIONS

- Des interactions directes avec les chevaux pour renforcer les liens émotionnels.
- Des exercices de mobilité et des promenades à pied aux côtés des chevaux.
- Des discussions de groupe après chaque session pour partager les ressentis.

LES ENJEUX

- Renforcer le bien-être émotionnel des habitants en favorisant la connexion avec les chevaux.
- Stimuler la mobilité physique des habitants par le biais d'activités en plein air.
- Encourager la socialisation entre les habitants et les intervenants du poney club.
- Proposer une approche thérapeutique innovante au sein de l'EHPAD.

RENSEIGNEMENTS

Laura VÉRITÉ
dirboissise@asso-lesbruyeres.org
01.64.14.23.21

RESIDENCE L'OREE DU BOIS

Marionnettes en fête

Médiation artistique au service des personnes âgées :

Ces actions offrent la possibilité de prendre part à une démarche plastique et théâtrale, en alliant fabrication et jeu, pour que chacun puisse s'exprimer à sa manière au travers d'une pratique ludique, favorisant le travail collectif et la mise en confiance de chaque individu. Pour chaque action la compagnie propose trois modules : *Fabrication*, *Initiation à la manipulation* et *Mise en scène*



VALENTINA VALENTINI

Compagnie de médiation artistique et de médiation culturelle



INFORMATIONS

- **Où = Résidence l'Orée du Bois**
- **Pour qui ?** Toute personne de plus de 60 ans / tous les résidents de l'ehpad et les usagers de l'accueil de jour
- **Quand =** Ateliers hebdomadaires à destination des résidents, des enfants et des professionnels et un atelier découverte à destination des aidants

LES ENJEUX

- Cohésion et écoute collective pour la co-construction d'un projet porté par plusieurs acteurs (résidents, usagers, aidants, Centre de Loisirs, école primaire de la ville, professionnels)
- S'ancrer dans son territoire en travaillant sur le long terme avec des acteurs du secteur
- Présentation à différents publics des créations
- Maintenir les capacités physiques et cognitives
- Partage dans la création artistique,

LES ACTIONS

Programmation du 18 avril 2024 au 12 décembre 2024 :

- Avril : 2 séances de 3 heures (1h30 ADJ+ 1h30 EHPAD)
- Mai : 5 séances de 3 heures (1h30 ADJ+ 1h30 EHPAD)
- Juin : 4 séances de 3 heures (1h30 ADJ+ 1h30 EHPAD)
- Juillet : 4 séances de 3 heures (1h30 ADJ+ 1h30 EHPAD)
- Septembre : 4 séances de 3 heures (1h30 ADJ+ 1h30 EHPAD)
- Octobre : 5 séances de 3 heures (1h30 ADJ+ 1h30 EHPAD dont 1 heure de répétition+ 1 heure de spectacle+ 1 heure de création de marionnette avec le Centre de Loisirs de Chailly-en-Bière)
- Novembre : 4 séances de 3 heures (1h30 ADJ+ 1h30 EHPAD)
- Décembre : 2 spectacles (1 heure de répétition+ 1 heure de spectacle+ 1 heure de création de marionnette avec les enfants de l'école Olivier Métra) (3 heures de répétition et 1 heure de spectacle)

RENSEIGNEMENTS

BENTAHAR WARDA

w.bentahar@sinoplies.fr

0164871277



Association France HORIZON

EHPAD Les Patios de l'Yerres

Ateliers de musicothérapie

INFORMATIONS

- Où ? EHPAD Les Patios de l'Yerres
2, allée René Lalique
77380 Combs-la-Ville
- Pour qui ? 54 résidents
- Quand ? à partir du mois de mars 2024

LES ACTIONS

- Ateliers de musicothérapie 1 fois par semaine pendant 6 mois.

La musicothérapie consiste à utiliser la musique, c'est-à-dire le rythme, la mélodie et l'harmonie, en tant qu'outil thérapeutique. Elle est utilisée dans l'accompagnement de personnes rencontrant des difficultés comportementales, relationnelles ou de communication. Cette méthode permet également de soulager des participants souffrant de problèmes de santé.

LES ENJEUX

- Proposer une activité originale et régulière à nos résidents,
- Offrir un moment de détente à nos résidents,
- Renforcer la cohésion entre les résidents,
- Favoriser le travail de la motricité et de la coordination,
- Stimuler les fonctions cognitives,
- Lutter contre le stress et l'anxiété,
- Gagner en confiance en soi.

RENSEIGNEMENTS

Nom du contact : Mme ARIDJ Elodie

Adresse mail :
directionlespatios@france-horizon.fr

Téléphone : 01 72 62 20 60



EHPAD DU PAYS DE MONTEREAU

L'E.H.P.A.D. du Pays de Montereau souhaite à travers ce projet de médiation animale et avec le soutien financier de la Conférence des financeurs 77 apporter aux résidents ayant des troubles cognitifs la possibilité de travailler sur des ateliers cognitifs pour réveiller les souvenirs, travailler la mémoire, créer du lien social entre résidents et le lien affectif avec les animaux, développer ou entretenir la motricité par les caresses, le brossage et la préparation de la nourriture, etc. Ce projet comprend 4 séances par mois sur l'E.H.P.A.D. touchant de 6 à 8 résidents et une séance par mois à l'U.P.A.D. accueillant 12 résidents. Après chaque séance, un bilan d'évaluation de chaque résident nous est communiqué par l'intervenante permettant de voir l'évolution des participants et la pertinence du projet. Selon les demandes des résidents, des familles et de l'équipe pluridisciplinaire, nous renouvelerons ces 5 ateliers de zoothérapie par mois toutes les années suivantes.

INFORMATIONS

- Où ? EHPAD DU PAYS DE MONTEREAU
- Pour qui ? Toute personne de plus de 60 ans
- Quand ? De janvier à décembre 2024

LES ENJEUX

Sortir de l'isolement

Stimuler la communication et favoriser l'expression

Créer un lien avec l'animal

Améliorer l'estime de soi, redonner confiance, communiquer ses émotions et apaiser les troubles du comportement et l'anxiété.

LES ACTIONS

- Ateliers de : zoothérapie
- Séances de : 1 heure
- Ateliers : groupe collectif
- Ateliers : en individuel
- Ateliers : en groupe au sein de l'unité pour personnes âgées désorientées

RENSEIGNEMENTS

Nom du contact : Mme LECOINTRE

Adresse mail : animation.mon@ch-sud77.fr

Téléphone : 06.74.46.57.46

Responsable administratif : Mme SIMONIS

Adresse mail : d.simonis@ch-sud77.fr

Téléphone : 01.64.31.66.39

EHPAD La source Nadon

Mise en place d'un atelier de Médiation Animale

INFORMATIONS

- Où ? EHPAD SOURCE NADON
- Dans la salle d'animation et au sein l'unité protégée
- Pour qui ? Toute personne de plus de 60 ans
- Quand ? une fois par mois sur une année

LES ACTIONS

- Ateliers de Médiation animale
- Séances d'une durée d'une heure
- Animée conjointement par : Une intervenante diplômée et l'animatrice



LES ENJEUX

- Ateliers à viser thérapeutiques visant à améliorer le bien-être psychosocial
 - Développement de la communication verbal et non verbal, aide à la socialisation
 - Stimulation émotionnelle, sensorielle et cognitive
 - Rémiscence, Partage de souvenirs
 - Réduction des comportements agressifs
 - Distraction positive et récréative
- 

RENSEIGNEMENTS

Nom de l'intervenante

Mme Laetitia Bendyoukoff-ivonio
Mail : bendyoukoff.laetitia@yahoo.fr
Téléphone 0603842982

Nom de l'animatrice

Mme Barbosa ingrid
Mail : anim.moretorvanne@gmail.com
Téléphone 0617485761

