

PROGRAMMATION D'ACTIONS 2025

« AUTRES ACTIONS DE PREVENTION » (HORS FORFAIT AUTONOMIE)



Direction de l'Autonomie

1

LA CONFERENCE DES FINANCEURS DE LA SEINE- ET-MARNE

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 ;

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 œuvre par les Services Autonomie à Domicile intervenant auprès des personnes âgées

AXE 4 - le soutien aux proches aidants

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.

AXE 1

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



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 ?** Sur l'ensemble de la Seine-et-Marne
- **Pour qui ?** Toute personne de plus de 60 ans.
- **Quand ?** Tout le temps.

LES ACTIONS

- **Nom de l'action :** Ergothèque
- **Intervention à domicile réalisée par un ergothérapeute.**
- **Nombre de Séances :** 1 par personne orientée
- **Contenu :**

Le dispositif d'ergothèque permet l'intervention à domicile d'un ergothérapeute pour établir un diagnostic et fournir des conseils personnalisés. L'efficacité de ce dispositif réside dans l'attribution sans reste à charge d'aides techniques pour l'autonomie, dès la première visite.

LES ENJEUX

Promouvoir les solutions favorisant le soutien à domicile des personnes en situation par la mise à disposition d'aides techniques testées en situations réelles de vie,

Soulager le fardeau des proches aidants,

Diminuer le nombre de chutes à domicile des personnes âgées à court terme.

RENSEIGNEMENTS

RACINE Noémie
noemie.racine@merci-julie.fr
06 09 17 96 30

AXE 4

LE SOUTIEN AUX PROCHES AIDANTS

L'article 1er du décret n°2016-209 du 26 février 2016 précise que les actions d'accompagnement des proches aidants mentionnées au 5° de l'article L. 233-1 sont les actions qui visent à les informer, à les former et à leur apporter un soutien psychosocial.

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

Le périmètre des actions relevant de la compétence de la conférence des financeurs (accompagnement des aidants) n'inclut pas les dispositifs (établissements et services) qui apportent du répit à l'aidant en le remplaçant auprès de son proche :

1. Périmètre d'éligibilité :

Actions éligibles au titre du concours :

1. soutien psychosocial collectif : partage d'expériences et de ressentis entre aidants ; encadré par un personnel formé (psychologue, professionnel compétent ou personne bénévole obligatoirement formée) ; format : minimum 10h
2. soutien psychosocial individuel : fournir un soutien individuel ponctuel aux aidants repérés en risque d'épuisement ; animation par un psychologue ; format : maximum 5 séances d'1h sur une durée maximum de 6 mois
3. sensibilisation/information : conférences, forums, réunions collectives, etc. ; animation par un professionnel compétent ou une personne bénévole formée ; format : minimum 2h
4. formation s'adressant en priorité aux proches aidants de personnes âgées : processus pédagogique permettant à l'aidant de se positionner dans sa situation, d'acquérir des connaissances sur la pathologie ou le handicap de son proche ; vise in fine la prévention des risques d'épuisement et d'isolement de l'aidant ; ce n'est pas une formation professionnelle (ni diplômante, ni certifiante) ; format : minimum 14h par aidant, maximum 42h, en plusieurs modules d'une durée d'environ 3h.

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 organisés 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 relai/baluchonnage (APA 2) ;
4. les dispositifs de conciliation vie familiale/vie professionnelle (entreprises) ;



Association SILLAGE

Les aidants peuvent assister à des temps d'échange et de rencontre animés par un modérateur (psychologue) et laisser à l'aidé à l'accueil de jour (AJA) où il sera pris en charge le temps de la séance.

INFORMATIONS

- Où ? AJA et EPHAD Rosa Gallica à PROVINS
- Pour qui ? Toute personne de plus de 60 ans
- Quand ? 1 fois par mois (2nd jeudi)

LES ACTIONS

- Nom de l'atelier : Cercle des aidants/aidés
- Ateliers de : SOUTIEN des aidants
- Nombre de Séances : 10 par an
- Contenu :
 - Les temps d'échange et de parole sont d'1 H 30.
 - Des thématiques sont abordés et discutés avec le soutien de la psychologue.
 - Un temps de convivialité est aussi proposé.
 - L'aidé est pris en charge à AJA pour mener différentes activités

LES ENJEUX

- Un double enjeu de santé publique
- Eviter les risques de violences intra familiales
- Maintenir un lien social
- Renforcer le rôle de l'aidant dans l'accompagnement de l'aidé
- Proposer des moments de répit pour l'aidant comme l'aidé

RENSEIGNEMENTS

Nom du contact : MME CHARMONT
Adresse mail : accueil@pat-provins.fr
Téléphone : 01 60 58 00 95



ESA-SSIAD DE L'Auxence

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 la Brie Nangissienne, de la Bassée et du Montois.
- A l'attention des personnes avec des pertes de mémoire et leur aidants vivants à domicile.
- Un mardi par mois de 14h à 16h de janvier à décembre 2025 (10 ateliers).

LES ENJEUX

- Partager un atelier artistique aidé/aidant hors des tâches du quotidien
- Lutter contre l'isolement
- Stimuler les mémoires, la motricité, le champ lexical dans un lieu inclusif par des exercices artistiques
- Promouvoir les compétences résiduelles des personnes en perte de mémoire
- Tisser des liens intergénérationnels

LES ACTIONS

- **UBUNTU** « Je suis ce que je suis grâce à ce que nous sommes tous »
- Ce sont des ateliers culturels inclusifs artistiques menés par des artistes professionnels du Provinois.
- 10 ateliers répartis sur 10 mois, 1 /mois
- **Contenu** : Les artistes proposent des exercices de théâtre, musique, chant, danse réalisés par l'ensemble du groupe placé en cercle (aidés, les aidants, professionnels du soin et du domicile, bénévoles, jeunes lycéens ainsi que les personnes des Accueils de jour du secteur). Ces exercices permettent une stimulation globale : stimulations motrices, cognitives, sociales et favorisent l'émergence de la parole de l'expression et de l'agir.

RENSEIGNEMENTS

Nom du contact : Mme SIMON
Patricia
Adresse courriel :
esa.auxence@fed77.admr.org
Téléphone : 01.60.67.30.87



LA COLOMBE DES AIDANTS

Organisation d'action de soutien psychologique et de détente
en faveur des Aidants : 6 séances de groupe de parole T'Aidant
et 8 Haltes-Répét Aidant-Aidé.

INFORMATIONS

- **Où** :-T'Aidants : Samois, Bois-le-Roi, Champagne/S, Fontainebleau, St-Mammès, Samoreau ; -Haltes -Répét : 3 à Héricy, 2 à Champagne/S ; 2 à Montereau, 1 à Ury.
- **Pour qui ?** Toute personne Aidante de plus de 60 ans
- **Quand ?** sur l'année 2025

LES ENJEUX

- Soutien psychologique de l'Aidant : libérer la parole et l'écoute.
- Partage et pair-Aidance entre Aidant
- Détente lors des Halte Répét : s'occuper de soi pour mieux s'occuper de l'Aidé
- Resocialiser les Aidés au cours d'activités ludiques simples

LES ACTIONS

- **Nom de l'atelier** : T'Aidant et Halte-Répét-Aidant-Aidé
- **Ateliers de soutien psychologique et détente.**
- **Nombre de Séances** 6 T'Aidants+8 Haltes-Répét Aidant-Aidé
- **Contenu** :
- *T'Aidant : groupe de parole de 1h environ avec une psychologue diplômée pour 8 à 10 Aidants, suivie d'une collation permettant de prolonger les échanges de manière informelle et avec les bénévoles de LCDA.
- *Halte-Répét Aidant-Aidé : de 14h à 17h-
=Ateliers de détente pour les Aidants (6à8) : sophrologie, massages, yoga du visage, réflexologie par professionnels collation et échanges durant les inter-ateliers .
=accueil des Aidés (4à6) pendant ce temps pour des activités ludiques, art-thérapie, musique, et médiation par l'animal avec ergothérapeute, auxiliaire de vie, médiatrice, bénévoles LCDA.

RENSEIGNEMENTS

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



RIVAGE Autonomie

Le groupe de parole "Café de l'entraide" apporte du soutien aux aidants de personnes en perte d'autonomie et les amène à prendre soin de soi.

INFORMATIONS

- **Où ?** : Cesson
- **Lieu** : La Citrouille
- **Adresse** : 35 Rue Janisset-Soeber, 77240 Cesson
- **Pour qui ?** Toute personne confrontée à la perte d'autonomie d'un proche.
- **Quand ?** Un vendredi par mois

LES ACTIONS

Nom de l'atelier : Café de l'entraide

Dates des groupes de parole

10/01/2025 – 14/02/2025 – 14/03/2025 –
11/04/2025 – 09/05/2025 – 13/06/2025 –
11/07/2025 – 12/09/2025 – 10/10/2025 –
14/11/2025 – 12/12/2025

Dates des séances bien-être

24/01/2025 – 14/02/2025 – 07/03/2025 –
11/04/2025 – 23/05/2025 – 06/06/2025 –
05/09/2025 – 03/10/2025 – 07/11/2025 –
05/12/2025

LES ENJEUX

- Préserver la santé mentale des aidants en prévenant leur épuisement par la mise en œuvre des aides tant pour leur proche que pour eux-mêmes.
- Lutter contre les situations de maltraitance pouvant découler de cet état d'épuisement.
- Rompre l'isolement social des aidants pour prévenir les effets négatifs sur leur santé mentale en renforçant les relations entre pairs.
- Garantir l'accès aux droits et aux prestations pour les aidants et les proches aidés en agissant sur l'environnement. L'objectif consiste à réduire le risque de perte d'autonomie à la suite d'un accident évitable.

RENSEIGNEMENTS

Nom du contact : Mélissa FIRPION

Adresse mail accueil@pat-melun.fr

Téléphone 01 64 52 24 48

AXE 5

LE DEVELOPPEMENT DES ACTIONS COLLECTIVES DE PREVENTION

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 ans.

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.

Ces actions couvrant plusieurs thématiques devront être valorisées dans le cadre du suivi et du renseignement de l'outil de pilotage selon la thématique majoritaire de l'action.

Les cahiers des charges élaborés par les conférences des financeurs peuvent préciser les critères attendus pour la mise en œuvre des actions (nombre minimal et maximal de participants, durée minimale...). Ces critères peuvent notamment s'inspirer des publications de Santé publique France sur les interventions efficaces et sur celles du centre de ressources et de preuves de la CNSA.

Le financement d'actions collectives destinées aux résidents en EHPAD

Les actions de prévention collectives destinées aux résidents en EHPAD, qui peuvent être réalisées au sein ou en dehors des établissements, par les établissements eux-mêmes ou par d'autres acteurs, peuvent être financées au titre de l'axe 5 de la conférence des financeurs.

Les EHPAD ne peuvent déposer qu'un seul projet par établissement.

Les projets recueillis doivent s'inscrire dans les orientations définies dans le programme coordonné qui entre dans le périmètre défini par la CNSA. Ces orientations sont les suivantes

1 .Améliorer les grands déterminants de la santé.

- Les actions doivent être déclinées autour des thèmes suivants,
- Les clés du bien-vieillir, bien être, estime de soi,
- La nutrition, l'alimentation durable,
- Les activités physiques adaptées et prévention des chutes,
- La prévention santé,
- Mémoire,
- Prévention de la dépression, du risque suicidaire,
- Le sommeil
- Les risques psychologiques (solitude, dépression, Alzheimer, troubles divers)

Une attention particulière sera portée : Se référer aux fiches projets à la fin du guide.

Aux interventions efficaces ou prometteuses en prévention et promotion de la santé. Voir les référentiels du Centre de Ressources et de Preuves de la CNSA.

Concernant les activités physiques adaptées, en lien avec le plan national de prévention des chutes piloté par l'ARS, une attention particulière est attendue par la CDF en direction des porteurs de projets qui devront démontrer leur contribution dans ce dispositif en prenant en considération les recommandations du plan et les attentes du Centre de Ressources et de Preuves.

https://sante.gouv.fr/IMG/pdf/dp_plan-antichute-accessible28-02-2022.pdf

[download \(sante.fr\)](#)

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

Les actions doivent être déclinées autour des thèmes suivants,

- L'inclusion numérique, (offre de service du PRIF, contacter le PRIF pour dépôt de projet)
- La lutte contre l'isolement, lien social,
- 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,
- Sécurité routière, mobilité géographique,

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 veuvage,
- L'entrée en établissement,
- 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),
- L'accompagnement dans les démarches administratives.

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.

5. 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 œuvre 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 participations 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.

Les EHPAD ne peuvent déposer qu'un seul projet par établissement.

Les projets déposés ne pourront pas prendre en compte les thématiques financées par l'ARS. Les projets pourront à titre d'exemple s'articuler autour des thématiques suivantes :

- Culture,
- l'activité physique adaptée et la prévention des chutes
- Médiation animale
- Rigologie, Art thérapie, Chorale, Musicothérapie
- trouble du comportement / risque suicidaire, approches non médicamenteuses
- aides aux aidants,

Différents types d'actions peuvent être envisagés :

- ateliers
- actions de sensibilisation

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.

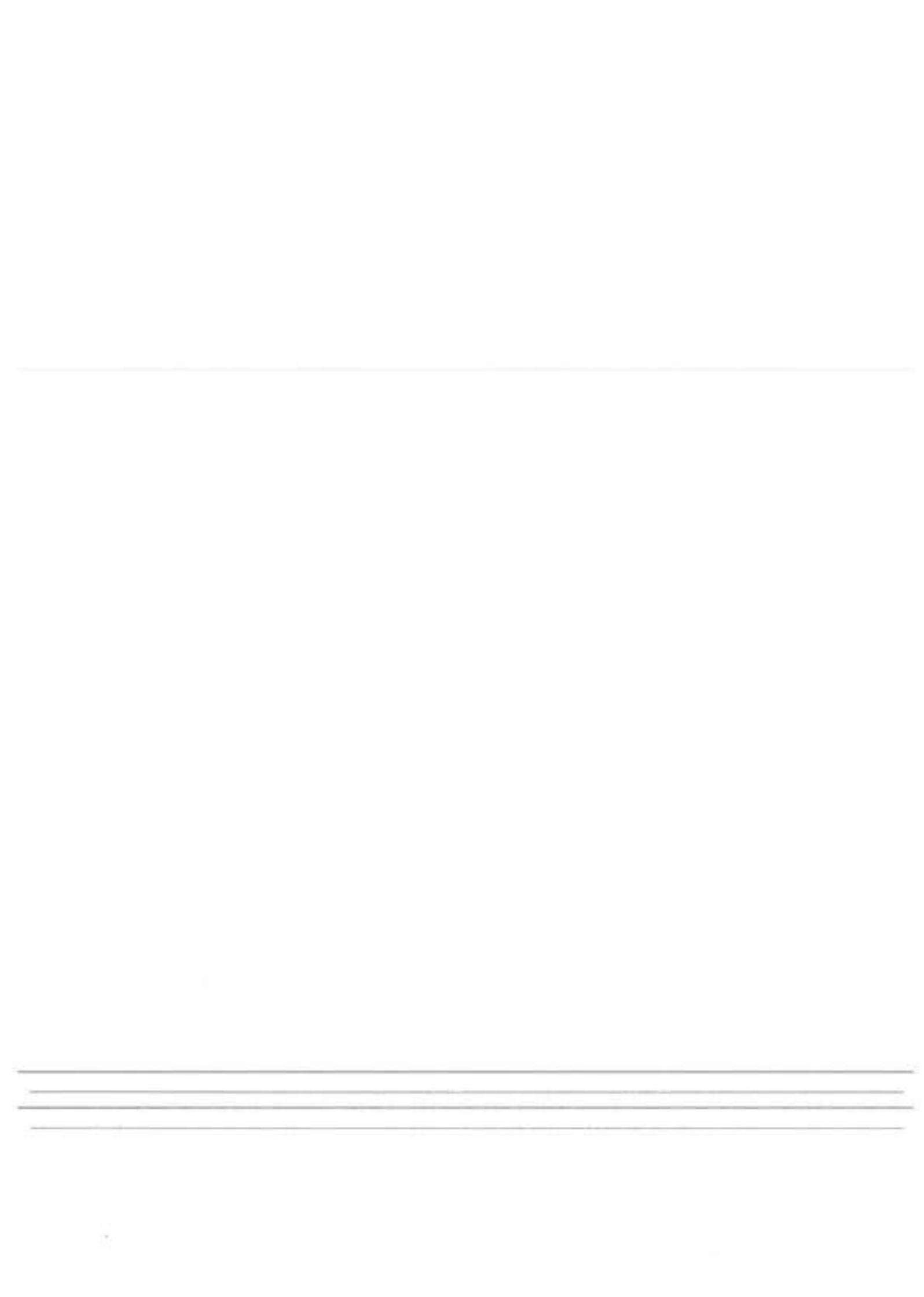
Ces actions doivent impérativement et nécessairement avoir un caractère collectif. Elles doivent impérativement être déployées sur l'année 2025.

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 15 personnes, il y a 5 personnes âgées vivant à domicile et 10 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.





Adoma – Résidence Sociale Les Sapins

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 2025

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

- 1) Mettre en place des actions de prévention autour de l'accompagnement au bien vieillir, de l'inclusion numérique et au lien social ;
- 2) 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 ;
- 3) 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 – FTM Jaurès

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 2025

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 sociale ;
- Réunion information sur l'aide à domicile.

LES ENJEUX

- 1) Mettre en place des actions de prévention autour de l'accompagnement au bien vieillir, de l'inclusion numérique et au lien social ;
- 2) 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 ;
- 3) 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 – RS 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 2025

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

- 1) Mettre en place des actions de prévention autour de l'accompagnement au bien vieillir, de l'inclusion numérique et au lien social ;
- 2) 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 ;
- 3) 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



5ème SAISON - Nos Territoires Communs

Un projet qui passe par le prisme artistique (écriture, théâtre, danse, musique) pour lutter contre l'isolement des personnes âgées, leur redonner leur place dans la société, prévenir leur perte d'autonomie et agir sur leur bien-être mnésique et physique.

INFORMATIONS

Où ? Communauté de Communes Bassée-Montois

Pour qui ? Toute personne de plus de 60 ans

Quand ? De janvier à juin 2025

LES ENJEUX

- Changer les regards et a priori sur les personnes âgées et les maintenir comme actrices de la vie sociale, valoriser leur place au sein de la communauté (du territoire et des institutions)
- Lutter contre l'isolement, le sentiment d'abandon
- Favoriser les interactions sociales par une action collective, artistique et créative
- Augmenter l'estime de soi, le bien-être physique et émotionnel
- Maintenir et stimuler la curiosité, l'attention, l'imaginaire et la mémoire. Faire resurgir des savoirs oubliés.
- Valoriser les personnes âgées, les assurer dans leurs capacités cognitives et physiques. Augmenter leur capacité vitale, renforcer les capacités fonctionnelles et mnésiques
- Améliorer la santé physique par le mouvement, réduire les douleurs associées à l'arthrite et à l'arthrose, prévenir les chutes, renforcer la mobilité

LES ACTIONS

- **Nom de l'atelier :** Nos Territoires Communs
- **Ateliers de** écriture, théâtre, danse, musique
- **Nombre de Séances** 11 séances (de 3h à 6h) entre janv. et juin 2025
- **Contenu :** ateliers artistiques pluridisciplinaires et intergénérationnels (projet partagé avec des élèves d'un collège du territoire) permettant d'agir sur la mémoire, la cognition, le bien-être physique et de lutter contre l'isolement des personnes âgées sur le territoire en zone rurale prioritaire Bassée-Montois

RENSEIGNEMENTS

Alexia GOURINAL-THIMON

alexia.5emesaison@gmail.com

06 33 48 26 13



ARTZ

Prévenir les troubles de la mémoire et à ralentir le déclin cognitif des seniors en stimulant leurs capacités cognitives à travers l'art.

INFORMATIONS

- **Où ?** Dammartin en Goële, Mormant, La Ferté Sous Jouarre et Serris
- **Pour qui ?** Toute personne de plus de 60 ans
- **Quand ?** 2^{ème} et 4^{ème} trimestre 2025

LES ENJEUX

- Stimuler la mémoire
- Renforcer les liens sociaux
- Contribuer à un vieillissement actif et autonome
- Rendre l'art et la culture accessible
- Améliorer l'estime de soi

LES ACTIONS

- **Nom de l'atelier :** Stimuler sa mémoire à travers l'Art
- **Ateliers de 1h30**
- **Nombre de Séances :** 1 conférence + 1 cycle de 4 séances dans chaque mairie
- **Contenu :** 1 conférence découverte comprenant une partie sur le fonctionnement de la mémoire et une démonstration d'une séance de stimulation cognitive à travers l'art + 1 cycle de 4 séances au sein de la mairie

RENSEIGNEMENTS

DEVANNEAUX Céline
cdevanneaux@assoartz.org
09 54 61 12 79



Communauté de Communes Moret Seine et Loing LE VILLAGE AMBULANT

Projet visant à recréer l'atmosphère conviviale des fêtes de village d'autrefois, tout en l'adaptant aux réalités et aux besoins de notre époque. Ce concept repose sur un déplacement de village en village pour proposer divers ateliers et services pour les seniors. L'objectif est de raviver les souvenirs des seniors tout en créant des opportunités de partage et d'échange entre les différentes générations d'habitants

INFORMATIONS

- **Où ?** trois villages du sud de la Communauté de Communes Moret Seine et Loing
- **Pour qui ?** Toute personne de plus de 60 ans
- **Quand ?** dur l'année 2025

LES ACTIONS

- **Nom de l'atelier :** Le Village Ambulant
- **Nombre de Séances :** 3 séances

- **Contenu :**

L'installation du Village Ambulant est pensée pour recréer une ambiance chaleureuse et conviviale. Autour des caravanes des différents prestataires, des tables et des bancs sont disposés de manière à favoriser les rencontres spontanées entre les participants. Ce cadre propice aux échanges permet aux habitants de se retrouver dans un espace à la fois familial et accueillant, rappelant les rassemblements festifs de leur jeunesse. Les seniors peuvent ainsi partager leurs souvenirs des fêtes d'antan, tout en découvrant des activités et des thématiques adaptées à leurs besoins.

Le Village Ambulant proposera une variété d'ateliers, mêlant tradition et modernité, en créant des espaces où seniors et plus jeunes peuvent interagir, échanger.

LES ENJEUX

- **Lutte contre l'isolement et la solitude :**
- **Amélioration de la qualité de vie :**
- **Maintien de l'autonomie :**
- **Création de liens sociaux et sentiment d'appartenance**

RENSEIGNEMENTS

Nom du contact : Antunes Francine
Adresse mail : francine.antunes@ccmsl.com
Téléphone : 01.64.70.63.07



CCAS Claye-Souilly

Le projet vise à sensibiliser les seniors aux risques routiers.

INFORMATIONS

- **Où ?** Au foyer BUREL à CLAYE SOUILLY
- **Pour qui ?** Toute personne de plus de 60 ans
- **Quand ?** sur l'année 2025

LES ACTIONS

- **Nom de l'atelier :** En voiture seniors
- **Ateliers de mai à décembre**
- **Nombre de Séances :16**
- **Contenu :**
Ce projet se décomposera de la manière suivante :
 - Un premier temps de sensibilisation durant la semaine bleue, en octobre 2024, à partir d'ateliers ;
 - La constitution d'un groupe de seniors souhaitant s'investir pour sensibiliser les autres ;
 - Animation des ateliers lors de la journée du village « prévention routière » pour tous publics au mois de mai 2025 ;
 - Constitution d'un groupe de seniors pour réaliser une pièce de théâtre sur la prévention routière,
 - Représentation lors du banquet des seniors (400 personnes âgées de 68 ans et +) ou lors de la galette des rois (200 personnes âgées de 68 ans et +).

LES ENJEUX

- Favoriser la sécurité des conducteurs et piétons seniors.
- Lancer une dynamique de réflexion sur les risques routiers pour soi-même et pour les autres,
- Favoriser une sensibilisation par les pairs.
- Bénéfices secondaires : travail de mémoire, lien social.

RENSEIGNEMENTS

RIOU Christelle
C.Riou@claye-souilly.fr
01.60.26.92.37



CCAS de Combs La Ville

Il y a deux ans, une pièce de théâtre intitulée « *Rage d'aidant* » a été réalisée avec pour objectif de sensibiliser le public au rôle des aidants tout en favorisant le lien social. Ce projet a rassemblé 20 seniors de 65 à 84 ans, permettant de lutter contre l'isolement. Grâce à un travail collaboratif avec la compagnie Ici Même et Là Aussi (IMLA), le spectacle a connu un franc succès, attirant plus de 150 spectateurs.

Fort de cette réussite, nous souhaitons désormais proposer un **spectacle chantant**, en intégrant des ateliers de chant, théâtre et écriture.

INFORMATIONS

- **Où ? COMBS LA VILLE**
- **Pour qui ?** Toute personne de plus de 60 ans
- **Quand ?** de février à octobre 2025

LES ACTIONS

- **Nom de l'atelier :** Ensemble sur scène
- **Ateliers de** Chants, Théâtre,Écriture
- **Nombre de Séances** 21 séances
- **Contenu :**

Mise en place d'ateliers collectifs mensuels de :

- **Chant**
- **Écriture**
- **Théâtre/Improvisation**

Ces ateliers, destinés aux seniors autonomes de la commune, visent à créer un spectacle collectif en fin d'année, valorisant la créativité et renforçant les liens sociaux ;

LES ENJEUX

- **Santé publique :** Réduire l'isolement, encourager la mobilité et la coopération entre générations.
- **Transmission culturelle :** Valoriser la mémoire collective des seniors et favoriser des échanges respectueux et enrichissants.
- Favoriser l'estime de soi grâce à la valorisation individuelle et collective.
- Offrir un cadre motivant et convivial.

RENSEIGNEMENTS

Nom du contact : JF LEFRANC
Adresse mail : jean-françois.lefranc@mairie-combs-la-ville.fr
Téléphone : 06 08 23 44 94



CCAS de St Thibaut des Vignes

Préserver et entretenir ses capacités physiques

INFORMATIONS

- **Où :** Saint Thibault des vignes
- **Pour qui ?** Toute personne de plus de 60 ans
- **Quand :** janvier à septembre 2025

LES ACTIONS

- **Nom de l'atelier :** Marcher pour préserver sa santé
- **Ateliers de janvier à mi-septembre 2025**
- **Nombre de Séances :** Selon les thématiques
- **Contenu :**
 - Des ateliers hebdomadaires seront programmés (environ un à trois par semaine) dans les domaines du sport, de la nutrition, de la prévention (chutes, maladies, comment se chauffer, la nutrition, l'estime de soi, le bien-être) ainsi que la mémoire.
 - Interventions de professionnels médicaux, sportifs, d'animateurs et autres.
 - Le but est de réaliser un séjour randonnée de 5 jours

LES ENJEUX

- L'exercice physique comme outil de prévention des chutes
- Faire prendre conscience de la nécessité de travailler sa santé physique et mentale
- Apprendre à mieux manger pour bien vieillir
- Prendre plaisir à marcher seul ou ensemble

RENSEIGNEMENTS

Nom du contact : NOURRI MARYSE
Adresse mail :
maryse.nourri@ville-st-thibault.fr
Téléphone : 06.15.52.73.24



CCAS DE TORCY

Un atelier nutrition et activité physique adaptée, agrémenté de séances de tennis adapté et de sophrologie, dans l'objectif de favoriser le bien vieillir en bonne santé grâce à une alimentation et à de l'activité physique adaptées.

INFORMATIONS

- **Où ?** A TORCY en privilégiant les publics en situation de précarité
- **Pour qui ?** Toute personne de plus de 60 ans
- **Quand ?** Mars à juin 2025

LES ENJEUX

- Lutter contre la sédentarité
- Lutter contre l'isolement
- Aller vers les retraités les plus fragiles
- Permettre l'accès à l'équilibre alimentaire des plus fragiles

LES ACTIONS

- **Nom de l'atelier :** Nutrition et Activité Physique Adaptée
- **Nombre de Séances :** 14 Nutrition + 28 APA + 4 Sophrologie + 4 tennis
- **Contenu :**

Séances nutrition : Apport théorique sous forme de conférence diverses thématiques englobant alimentation et hydratation adaptée et équilibrée et ateliers de réalisation culinaires

Séances APA : Renforcement musculaire, Prévenir les risques de chute à travers l'équilibre et la mobilité articulaire, Encourager l'interaction sociale et rompre l'isolement

Séances sophro : Reprendre conscience de son corps, de ses sensations et de ses émotions

Séances tennis : faire prendre conscience de pratiquer le tennis à tout âge

RENSEIGNEMENTS

Nom du contact : Sophie MISMETTI
Adresse mail : smismetti@mairie-torcy.org
Téléphone : 01 60 37 37 19



C.C.A.S. de Tournan-en-Brie

Création d'un tiers lieu à Tournan-en-Brie : un lieu d'échanges, de rencontres, en libre accès, où les seniors pourront se réunir autour d'un projet, développer des connaissances, accéder à des informations et des services de qualités, ou simplement venir discuter.

INFORMATIONS

- **Où ?** Tournan-en-Brie et ses alentours
- **Pour qui ?** Toute personne de plus de 60 ans
- **Quand ?** De février à décembre

LES ACTIONS

- **Ateliers DIY**
- **Ateliers couture** : les lundis de 14h à 17h à partir du 20 janvier 2025
- **Atelier écriture** : les mardis de 10h à 12h à partir du 4 février 2025
- **Atelier nutrition** : Une fois par mois à partir de mars
- **Atelier collectifs pour les bénéficiaires du SAD** : 2 fois par mois à
- **Ateliers numériques** : à partir d'avril 2025
- **Conférences et rencontres** :
arnaques sentimentales & phishing, vols à la fausse qualité, succession et patrimoine, nutrition...

LES ENJEUX

- lutte contre l'isolement social
- lutte contre l'agisme
- donner les clés du bien-vieillir

RENSEIGNEMENTS

Eva LONY
eva.lony@tournan-en-brie.fr
01.64.42.79.23



CCAS/S.A.D de Villeparisis

L'objectif principal est de proposer des ateliers de dynamisation aux personnes âgées vivant à domicile afin de prévenir l'isolement, maintenir et améliorer leur condition physique et cognitive, et favoriser leur bien-être général.

INFORMATIONS

- **Où ?** Commune de Villeparisis
- **Pour qui ?** Toute personne de plus de 60 ans
- **Quand ?** Sur l'année 2025

LES ENJEUX

- Lutte contre l'isolement social
- Lutte contre l'apparition des troubles cognitifs
- Maintien de la condition physique des séniors
- Amélioration du bien-être général
- Espace de socialisation et d'échanges

LES ACTIONS

- **Nom de l'atelier :**
Ateliers de dynamisation
- **Nombre de Séances : 40**
Programmation d'ateliers sur 2025 de janvier à décembre. Chaque mardi sauf sur la période estivale.
- **Contenu :**
 - Ateliers physiques : Exercices de mobilité douce, yoga, gymnastique adaptée, danse.
 - Ateliers cognitifs : Jeux de mémoire, lecture, discussions thématiques, initiation à l'informatique.
 - Ateliers créatifs : Arts plastiques, musique, jardinage, bricolage.
 - Ateliers de socialisation : Rencontres intergénérationnelles, cafés-rencontres, sorties culturelles, chants.

RENSEIGNEMENTS

Véronique JOYEZ
vjoyez@mairie-villeparisis.fr
06.67.32.96.75



Comité UFOLEP de Seine-et-Marne

En 2025, l'UFOLEP77 va proposer un programme sur 12 semaines d'APA/Nutrition auprès de 4 groupes de 10 à 15 seniors sur la Seine-et-Marne.

INFORMATIONS

- **Où ?** 1 programme à Savigny-le-Temple, 2 à Moissy-Cramayel et 1 à Vaires-sur-Marne.
- **Pour qui ?** Toute personne de plus de 60 ans
- **Quand ?** Sur l'année 2025

LES ENJEUX

- Améliorer le bien-être et plus généralement la santé des participants
- Prévenir la perte d'autonomie, travail sur l'équilibre
- Créer et entretenir du lien social
- Sensibiliser sur l'importance d'une alimentation saine
- Renforcer la condition physique des participants

LES ACTIONS

- **Nom de l'atelier :** Programme Sport et Nutrition
- **Ateliers de 2 séances d'APA et 1 séance de nutrition par semaine, sur 12 semaines**
- **Nombre de Séances :** 36 séances par Programme Sport et Nutrition : 2 séances d'APA et 1 séance nutrition, sur 12 semaines (24 APA et 12 Nutrition)

• Contenu :

Séances APA : tests d'entrée et tests de sortie de programme. Travail sur l'équilibre, le renforcement musculaire, la prévention des chutes...

Séances nutrition : sensibilisation sur l'importance d'une alimentation saine et apport de connaissances

RENSEIGNEMENTS

Dauvergne Noémie

Noemie.dauvergne@ufolep77.org OU
Adrien.cousseau@ufolep77.org



CT2S

Activités physiques adaptées, nutrition et sommeil

INFORMATIONS

- **Où ?** Sud Seine-et-Marne
- **Pour qui ?** Toute personne de plus de 60 ans
- **Quand ?** Année 2025

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

- 1 Prévention des chutes
- 2 Lutte contre l'isolement
- 3 Une alimentation adaptée à son âge
- 4 Connaissance sur le sommeil
- 5 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

Delta 7 propose pour 2025 une journée de prévention aux seniors de plus de 60 ans sur le territoire de Seine-et-Marne

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 2025

LES ENJEUX

- Découvrir les grandes thématiques de la prévention de la perte d'autonomie : mémoire, numérique, activité physique et sécurité routière.
- Favoriser la mise en mouvement par la pratique des sports numériques (E-sport)
- Préserver l'autonomie et favoriser l'inclusion des personnes en difficulté de mobilité.
- Préserver la qualité de vie grâce aux conseils de nos professionnels

LES ACTIONS

- **Nom de l'atelier :** Forum de la prévention
- Une journée de 60 personnes
- **Nombre de Séances :** Sur la journée, de 10h à 16h
- **Contenu :** La journée alterne entre des conférences sur la mémoire, sur le numérique et la sécurité en ligne, sur la sécurité routière et des sessions d'ateliers pour mettre en pratique les connaissances acquises lors des conférences.

La journée se terminera par un tournoi de E-sport que les participants auront pu découvrir sous la forme d'atelier. Nous inviterons les seniors qui ont déjà bénéficié d'un atelier E-sport avec Delta 7 à participer à la journée et/ou au tournoi par équipe.

RENSEIGNEMENTS

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



Delta 7

Delta 7 propose pour 2025 une journée de géocaching aux seniors de plus de 60 ans sur le territoire de Seine-et-Marne

INFORMATIONS

- **Où ?** Forêt de Fontainebleau (sud) et parc de Rentilly (nord)
- **Pour qui ?** Toute personne de plus de 60 ans
- **Quand ?** Sur l'année 2025

LES ENJEUX

- Encourager les seniors à adopter un mode de vie actif régulier par le biais de la marche auprès d'un public avec une mobilité variable
- Permettre la découverte culturelle du territoire.
- Créer un espace de coopération et de partage entre les participants.

LES ACTIONS

- **Nom de l'atelier :** Sur la piste du géocaching
- Une journée de 100 participants
- **Nombre de Séances :** Sur une journée, de 9h30 à 16h, avec un temps de collation au début et à la fin. Une heure de pause déjeuner le midi.
- **Contenu :** La journée débutera par un temps de collation et de formation des équipes. Il y aura plusieurs groupes avec deux niveaux de marche (parcours « dynamique » plus long pour des marcheurs aguerris et un parcours « découverte » moins long pour des personnes qui pratiquent peu la marche). Les équipes disposeront de tablettes avec une application de géolocalisation pour les guider d'énigme en énigme.

RENSEIGNEMENTS

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



Delta 7

Delta 7 propose pour 2025 un atelier sur la stimulation cognitive et le bien-être aux seniors de plus de 60 ans sur le territoire de Seine-et-Marne

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 2025

LES ENJEUX

- Favoriser le bien-être de la personne en proposant des exercices de recentrage sur le corps
- Préserver les capacités cognitives en proposant des exercices de stimulation cognitive et en apportant des conseils à appliquer au quotidien et en autonomie
- Favoriser le développement du lien social en permettant la création de liens dans le groupe par le partage de moments plaisants et l'entraide dans la réalisation des exercices

LES ACTIONS

- **Nom de l'atelier :** Mémoire et corps
- Ateliers de 10 à 12 participants
- **Nombre de Séances :** 6 séances de 2h

Contenu : Les 6 séances combinent une approche corporelle favorisant le bien-être et une approche cognitive pour travailler la mémoire.

Chaque séance se déroule avec un temps de début et de fin pendant l'atelier basé sur une approche corporelle favorisant la détente, la relaxation et la concentration. Un temps orienté sur une approche de stimulation cognitive sous la forme de multiples exercices à réaliser et l'apport de conseils pour stimuler sa mémoire au quotidien.

RENSEIGNEMENTS

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



Delta 7

Delta 7 propose pour 2025 un atelier sur le numérique et la sécurité en ligne aux seniors de plus de 60 ans sur le territoire de Seine-et-Marne

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 2025

LES ENJEUX

- Favoriser l'autonomie numérique des seniors (gagner en compétence numérique, prendre des décisions éclairées et se sentir en sécurité pendant la navigation).
- Améliorer le bien-être physique et mental (stimulation intellectuelle par un accès à la culture et aux loisirs en ligne, stimulation cognitive par l'accès à des jeux en ligne de stimulation cognitive)
- Sensibiliser les seniors à la sécurité et aux bonnes pratiques en ligne (identifier et prévenir les principales menaces en ligne, adopter des bonnes pratiques en matière de sécurité en ligne)

LES ACTIONS

- **Nom de l'atelier :** Atelier thématique numérique et sécurité en ligne
- **Ateliers de 10 à 12 participants**
- **Nombre de Séances :** 4 séances de 2h
- **Contenu :** Une séance de sensibilisation sur la sécurité en ligne et une mise en situation avec le jeu cybermalveillance.
- Deux séances dédiées à une thématique au choix (démarches et achats en ligne, communiquer avec ses proches, se repérer et se déplacer...). La sécurité en ligne sera abordée en lien avec les deux thématiques choisies.
- Une séance bilan et de rappel des bonnes pratiques.

RENSEIGNEMENTS

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



Delta 7

Delta 7 propose pour 2025 un atelier sur la sécurité routière et la mobilité aux seniors de plus de 60 ans sur le territoire de Seine-et-Marne

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 2025

LES ENJEUX

- Faire de la prévention sur la sécurité routière en fonction des modes de déplacement de chacun (automobiliste, cyclistes et piétons)
- Sensibiliser sur les différentes pertes (sensorielle, cognitive et physique) qui interviennent avec l'avancée en âge
- Sensibiliser sur d'autres facteurs qui augmentent les risques pendant les déplacements sur la route (traitements médicamenteux...)

LES ACTIONS

- **Nom de l'atelier :** Sécurité et mobilité : pour se déplacer en toute sécurité !
- Ateliers de 12 à 15 participants
- **Nombre de Séances :** 5 séances de 2h
- **Contenu :** Une séance de sensibilisation sur la sécurité routière et sur les pertes (sensorielle, cognitive et physique) qui interviennent avec l'avancée en âge.

Trois séances de mise en situation à l'aide de divers matériels (photos et vidéos sur tablette, jeu de plateau, matériel au sol). Intervention de la prévention MAIF sur une séance.

Une séance bilan pour rappeler les bonnes pratiques et faire un quizz simulant l'examen du code de la route.

RENSEIGNEMENTS

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



FOYER RURAL DE CHALAUTRE LA PETITE

EXERCICES PHYSIQUES ADAPTÉS PRÉVENTION DES CHUTES et NUTRITION

INFORMATIONS

- **Où ?**
Salle des fêtes de la commune de Chalautre la Petite
- **Pour qui ?**
personnes de plus de 60 ans
- **Quand ?**
Du 08 janvier 2025 au 17 décembre 2025.

LES ENJEUX

- Sensibiliser, accompagner les personnes âgées dans la cadre de la refondation du « Bien Vieillir ».
- Mener des actions pour prévenir la perte d'autonomie.
- Informer et convaincre les séniors sur les bienfaits d'une bonne alimentation et d'une pratique régulière de l'activité physique.
- Notre action s'inscrit dans la santé globale (physique, psychique, et social). Rompre avec l'isolement.

LES ACTIONS

- **Nom de l'atelier :**
Activité Physique Adaptée et Nutrition
- **Ateliers Activité physique adaptée**
Chaque mercredi en 4 groupes, atelier de 1 heure. Groupes constitués selon niveau physique des bénéficiaires.
- **Nombre de Séances**
Un total de 140 séances sur l'année 2025
- **Contenu :**
Parcours Labyrinthe mémoire, Trampoline, Corde, Equilibre Mémoire, Ballon, Exercices Equilibre anti-chute, Exercices « comment se relever après une chute »

Ateliers Nutrition

Le mercredi à l'issue des ateliers activités physiques

Nombre de séances

Cycle de 12 séances réparties de mars 2025 à novembre 2025. Conseils en alimentation, ateliers dégustations.

RENSEIGNEMENTS

Patrick BERGEROLLE
patrick.bergerolle@wanadoo.fr



LA PAUME DE TERRE

« L'art à portée de main »

Utiliser l'art et la créativité pour améliorer le bien-être et l'autonomie des seniors, tout en favorisant les rencontres, au cœur d'un quartier populaire.

INFORMATIONS

- **Où ?** au Showroom de Noisiel (QPV) et au LCR Cour des Récréations à Lognes
- **Pour qui ?** Toute personne de plus de 60 ans
- **Quand ?** de mars à décembre 2025

LES ENJEUX

- Stimuler les capacités motrices, créatrices et cognitives.
- Sensibiliser à l'art et à la nature.
- Maintenir le lien social et l'engagement citoyen.
- Favoriser l'échange, la convivialité, le calme et le bien-être.
- Valoriser l'estime de soi.
- Rendre la pratique artistique accessible à tous, sans condition de ressources.

LES ACTIONS

- **Accueil : 8 à 15 personnes selon l'activité**
- **Durée d'une séance : 2H00**
- **25 ateliers artistiques et culturels – 3 par mois** (Modelage d'argile, peinture, dessin, collage, vidéo, land art...)
- **4 ateliers artistiques intergénérationnels pendant les vacances scolaires**
- **9 rencontres thématiques avec un Invité** : sur les thèmes de l'alimentation, la mobilité, l'activité physique, ... etc.
- **Les séances se déroulent dans un environnement favorisant la créativité** (atelier d'artiste, chevalets, livres d'art, tour de potier, matériel artistique...)
- **Une exposition des œuvres en novembre 2025**

RENSEIGNEMENTS

Association La Paume de Terre
Mail : lapaumedeterre@gmail.com
Tél : 06 23 87 68 83
Contact ateliers :
nathalielapaumedeterre@gmail.com



LUMEEN

L'Art de rester actif : Les technologies immersives et l'ergothérapie au service de la prévention des chutes

INFORMATIONS

Où ? Sur l'ensemble du département 77

Pour qui ? Toute personne autonome de plus de 60 ans

Quand ? Sur l'année 2025

LES ACTIONS

Nom de l'atelier : L'Art de rester actif

Nombre d'ateliers : 20 ateliers

Composition de l'atelier : 20 ateliers collectifs de 2h30 animés par un(e) ergothérapeute de 8 à 12 participants.

Contenu : Ateliers innovants de prévention des chutes utilisant les technologies immersives (casques de réalité virtuelle) pour changer les habitudes de vie des seniors. Chaque atelier est animé par un(e) ergothérapeute apportant conseils et astuces.

LES ENJEUX

Améliorer la qualité de vie et préserver l'autonomie des personnes âgées de Seine-et-Marne en réduisant le risque de chutes.

Rendre attractif le sujet de la prévention des chutes pour les seniors.

Optimiser la diffusion, la rétention et l'acceptation des messages de prévention via une suite d'outils pédagogiques innovants dont l'expérience immersive est au cœur de l'action.

Prévenir les situations à risque de chute, tant au domicile qu'en extérieur, en poussant les seniors à mettre en place des actions concrètes dans leur quotidien.

RENSEIGNEMENTS

Floriane HEDDE

floriane.hedde@lumeen.com

07 57 81 11 27



NEOPILATES

Propose des stages de remobilisation corporelle et nutrition dans le but de préserver l'autonomie des séniors et le bien vieillir via l'activité physique et la nutrition

INFORMATIONS

- **Où ?** Dans le sud Seine et Marne notamment la ruralité
- **Pour qui ?** Toute personne de plus de 60 ans
- **Quand ?** Sur l'année 2025

LES ENJEUX

- Améliorer son équilibre et sa forme
- Apprendre les bons gestes et posture
- Remobiliser et développer les fonctions des muscles et articulations
- Recevoir des conseils pour entretenir son capital santé notamment en nutrition
- Prévenir la perte d'autonomie et préserver l'indépendance
- Rendre les seniors acteur de leur santé et créer du lien social

LES ACTIONS

- **Nom de l'atelier :** Stage de remobilisation corporelle et conseils en nutrition
- **Nombre d'atelier :** 24 ateliers 2 fois /semaine
- **Composition de l'atelier :** 24 séances d'activité physique adaptée et 12 de nutrition
- **Contenu :**
 - Ateliers d'équilibre, exercices de mobilité et de souplesse, ...
 - Ateliers de renforcement musculaire
 - Ateliers de nutrition (lecture des étiquettes, le bio, l'allégé, équilibre alimentaire, dégustation de fruits et légumes, échanges de recettes...)

RENSEIGNEMENTS

Sophie LERCHE
Lerchesophie@gmail.com
06.10.78.61.52



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 sur l'ensemble de la Seine-et-Marne
- **Pour qui ?** Retraités autonomes
- **Quand ?** Tout au long de l'année, en visio ou dans les communes

LES ACTIONS

- **Atelier Bienvenue à la retraite :** 6 séances pour accompagner le passage à la retraite.
- **Atelier Vitalité :** 6 séances pour échanger sur le bien-être et la santé.
- **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 Bien dans son assiette :** 5 séances pour prendre plaisir à manger équilibré.
- **Atelier Bien chez soi :** 4 séances pour rendre son logement sur et confortable.
- **Atelier Bienvenue dans ma résidence :** 4 séances pour comprendre ses droits et construire son projet en résidence autonomie.
- **Atelier Prévention universelle :** 5 séances pour comprendre les enjeux pour être en bonne santé - s'adresse à des publics éloignés des messages de prévention et de la langue française.
- **Atelier C'est Bien-être :** 4 séances pour échanger autour

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



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

- **Nom de l'atelier :** Atelier écriture
- **Nombre de Séances :** 11
 1. Atelier du 16 janvier 2025
 2. Atelier du 13 février 2025
 3. Atelier du 20 mars 2025
 4. Atelier du 10 avril 2025
 5. Atelier du 15 mai 2025
 6. Lecture publique au sein d'une résidence autonomie le 12 juin 2025
 7. Atelier du 19 juin 2025
 8. Atelier du 18 septembre 2025
 9. Atelier du 16 octobre 2025
 10. Atelier du 20 novembre 2025

LES ENJEUX

- Lutter contre l'isolement social en facilitant les rencontres et les échanges entre pairs.
- 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.
- Encourager l'expression personnelle et émotionnelle pour une meilleure conscience des besoins et faire en sorte de les satisfaire.
- 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



SOUTIEN FACIL

SOUTIEN FACIL propose pour 2025 l'action
« Être acteur de son cœur et de sa santé »

INFORMATIONS

- **Où ?** Varennes sur Seine et Morêt Loing Orvanne (à confirmer)
- **Pour qui ?** Toute personne de plus de 60 ans
- **Quand ?** à définir

LES ACTIONS

- **Nom de l'atelier :** « Être acteur de son cœur et de sa santé » s'articule autour de 2 conférences « la santé au quotidien et la prévention des risques cardiovasculaires » et un atelier de stimulation cognitive
- **2 conférences et 1 cycle d'ateliers**
- **Nombre de Séances** 10 séances pour l'atelier de remue-méninges - stimulation cognitive

Contenu : Ces actions visent à favoriser la diffusion des bons comportements pour mieux vivre.

Les conférences pourront être relayées avec d'autres actions de SOUTIEN FACIL comme l'activité physique adaptée, les sophro balades, la méditation....

LES ENJEUX

- Améliorer les connaissances sur les comportements à favoriser pour mieux vieillir
- Accroître l'activité cognitive des seniors
- Prévenir et lutter contre l'isolement en favorisant les échanges

RENSEIGNEMENTS

Alice DUMOULIN et Katia LEFORT
01 64 28 75 25

contact@soutien-facil.fr

alice.dumoulin@pat-fontainebleau.fr



SOUTIEN FACIL

SOUTIEN FACIL propose pour 2025 des ateliers autour de l'écriture et de cafés littéraires dans un objectif de stimulation cognitive ludique et de lien social

INFORMATIONS

- **Où ?** Nemours, Larchant, Bois le Roi
- **Pour qui ?** Toute personne de plus de 60 ans
- **Quand ?** Tout au long de l'année 2025

LES ENJEUX

- Améliorer le lien social
- Accroître l'activité cognitive des seniors via la lecture et l'écriture
- Prévenir et lutter contre l'isolement en favorisant les échanges

LES ACTIONS

- **Nom de l'atelier :** Bien dans sa tête – Cafés littéraires et ateliers d'écriture
- **1 atelier écriture et 2 cafés littéraires**
- **Nombre de Séances :** 10 pour les ateliers d'écriture et 5 par café littéraire

Contenu : Ces actions visent à stimuler les seniors pour qu'ils reprennent le goût de la lecture et de l'écriture, en s'appuyant sur l'imagination et le partage.

Ces séances permettent une amélioration de l'estime de soi, une activité cognitive accrue.

RENSEIGNEMENTS

Alice DUMOULIN et Katia LEFORT
01 64 28 75 25

contact@soutien-facil.fr

alice.dumoulin@pat-fontainebleau.fr



SOUTIEN FACIL

SOUTIEN FACIL propose pour 2025
un cycle de sophro balades

INFORMATIONS

- **Où ?** Forêt de Fontainebleau
- **Pour qui ?** Toute personne de plus de 60 ans
- **Quand ?** du 3 juin au 28 juillet, le mardi matin de 10 à 12h

LES ACTIONS

- **Nom de l'atelier :** Sophro balades
- **8 sorties matinales de 2h**
- **Nombre de Séances :** 8
- **Contenu :**

Ces sorties mêlent activité physique adaptée via des marches douces de 5 kms environ avec des pauses permettant la découverte de la pratique de la sophrologie

LES ENJEUX

- Améliorer le bien être en favorisant la détente, le sommeil...
- Accroître l'activité physique des seniors
- Prévenir et lutter contre l'isolement en favorisant les échanges

RENSEIGNEMENTS

Alice DUMOULIN et Katia LEFORT
01 64 28 75 25

contact@soutien-facil.fr

alice.dumoulin@pat-fontainebleau.fr



SOUTIEN FACIL

SOUTIEN FACIL propose pour 2025 des ateliers
« Bien dans son corps, bien dans sa tête »

INFORMATIONS

- **Où ?** Nemours et St Pierre les Nemours
- **Pour qui ?** Toute personne de plus de 60 ans
- **Quand ?** De janvier à décembre

LES ENJEUX

- Améliorer le bien être en favorisant le renforcement musculaire mais également la souplesse, la détente, le sommeil...
- Accroître l'activité physique des seniors
- Prévenir et lutter contre l'isolement en favorisant les échanges

LES ACTIONS

- **Nom de l'atelier :** Activité physique adaptée / atelier de méditation de pleine conscience
- 2 cycles d'activité physique adaptée (intégrant des séances sur l'alimentation) et 1 cycle de méditation de pleine conscience
- **Nombre de Séances :** 34 d'APA et 30 de méditation
- **Contenu :**
Ces activités permettent de renforcer les capacités physiques, de souplesse et d'endurance des seniors tout en bénéficiant de conseils ciblés pour une alimentation adaptée et favoriser une meilleure gestion des douleurs, du stress et une amélioration du sommeil

RENSEIGNEMENTS

Alice DUMOULIN et Katia LEFORT
01 64 28 75 25

contact@soutien-facil.fr

alice.dumoulin@pat-fontainebleau.fr



SAPARMAN

Nous proposons des ateliers de « Taïso Santé et Nutrition adaptée » à destination des personnes âgées de plus de 60 ans. L'objectif est de maintenir l'autonomie et d'informer les bénéficiaires sur l'importance de l'APA et la Nutrition.

INFORMATIONS

- **Où ?** En Seine et Marne et notamment dans l'Ouest du département
- **Pour qui ?** Toute personne de plus de 60 ans
- **Quand ?** à partir d'avril 2025 jusqu'à décembre 2025

LES ENJEUX

Taïso :

- 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 sain

Nutrition :

- Maintien de l'équilibre énergétique
- Préservation de la masse musculaire
- Prévention des maladies
- Amélioration du système immunitaire
- Gestion du poids corporel

LES ACTIONS

- **Nom de l'atelier :** Taïso santé et Nutrition Adaptée
- **Nombre d'atelier :** 8 ateliers
- **Nombre de séances :** 24 séances par atelier soit 192 séances au total
- **Contenu d'un atelier :**

Taïso santé : 24 séances réparties sur 12 semaines soit 2 séances par semaine d'une durée de 1h. Les séances comprennent un bilan physique initial et final afin d'évaluer la progression des bénéficiaires.

Nutrition : Informer, responsabiliser et engager les participants en faveur de bons comportements nutritionnels. Mise en place d'une fiche de suivi nutritionnel

RENSEIGNEMENTS

POLIXENE Florent
florent@saparman.com
06 38 77 12 15



Uniscité

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

INFORMATIONS

- **Où ?** Combs la Ville, Savigny le Temple, Melun, Dammarie les Lys, Châtelet en Brie, Fontainebleau, Montereau, Champagne sur Seine, Samoreau et Varennes sur Seine
- **Pour qui ?** Toute personne de plus de 60 ans
- **Quand ?** Du 07 janvier au 14 août

LES ACTIONS

Des binômes 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, centres intergénérationnels, associations)

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

RENSEIGNEMENTS

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



Ville à Joie

Nous allons organiser des fêtes de villages itinérantes dans les communes rurales isolées (- de 1000 habitants) où seront disponibles des services d'intérêt général, des commerces et des animations.

INFORMATIONS

- **Où ?** Les communes de moins de 1 000 habitants de Seine-et-Marne
- **Pour qui ?** Tout public mais les personnes de - de 60 ans sont particulièrement ciblées
- **Quand ?** Septembre-Octobre 2025 (à confirmer)

LES ENJEUX

- Dévitalisation des communes rurales isolées (manque d'accès aux services et commerces du quotidien)
- Isolement social causé par la disparition des lieux de socialisation notamment
- Situations de non-recours observées par méconnaissance et éloignement des services
- Difficultés pour les acteurs locaux incantement de la bien vieillir de trouver

LES ACTIONS

- **Nom de l'atelier :** Ville à Joie - Tournée de redynamisation des petites communes rurales
- **Ateliers :** Entre un forum des services et une fête de village
- **Nombre de Séances :** 15
- **Contenu :** Organisation d'événements dans les communes de - 1000 habitants qui prennent la forme de fêtes de villages itinérantes (buvette, restauration, animations...) et où nous proposons à des acteurs locaux de type (services publics, asso...) et domaine (santé, numérique, démarches admin...) variés de tenir un stand pour présenter les dispositifs qu'ils proposent à la population des villages ruraux isolés.

RENSEIGNEMENTS

Nom du contact : Elie Leimann
Adresse mail : elie@villeajoie.fr
Téléphone : 06 37 82 46 81



Ville de Coulommiers

Ateliers d'Activité Physique Adaptée , des ateliers nutrition et des marches santé bien-être pour vieillir en bonne santé

INFORMATIONS

- **Où ?** Coulommiers
- **Pour qui ?** Toute personne de plus de 60 ans
- **Quand ?** Toute l'année 2025

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 « Equilibre et Mouvement » afin de prévenir les chutes chez les personnes à risque.
- Améliorer l'alimentation des seniors
- Permettre aux seniors d'avoir un mode de vie plus actif

LES ACTIONS

- **Nom de l'atelier :** La Santé par le Sport
- **Ateliers d'APA et Nutrition**
- **Nombre de Séances :** 8 séances d'APA et 1 atelier nutrition par semaine, 1 marche mensuelle
- **Contenu :**
 - Conférences/débats de sensibilisation
 - Evaluation du risque de chute.
 - Bilans de condition physique
 - Ateliers collectifs d'équilibre, de renforcement musculaire, de motricité et d'assouplissement
 - Ateliers diététiques théoriques et pratiques
 - Marches Santé Bien-Être
 - Livret d'exercices à réaliser au domicile

RENSEIGNEMENTS

Cyrille Fisher
sport.sante@coulommiers.fr
06 13 64 28 56



Ville de Saint-Fargeau-Ponthierry - Centre municipal de santé

Prévention de la perte d'autonomie chez les séniors et promotion du bien vieillir par l'organisation d'ateliers autour de la nutrition, de la gestion des maladies et leurs traitements, le sommeil, la prévention des chutes, le bien-être, l'accès aux droits, séances de danse thérapie et d'activités de chant, ateliers intergénérationnels

INFORMATIONS

- **Où?** Ville De Saint-Fargeau-Ponthierry - Centre municipal de santé
- **Pour qui?** Toute personne de plus de 60 ans
- **Quand?** de février à décembre 2025

LES ENJEUX

- Renforcer les compétences et favoriser la prise de décision et le "prendre soin de soi".
- Stimuler les fonctions cognitives.
- Favoriser le bien-être des personnes vieillissantes.
- Favoriser l'estime de soi, la confiance en soi.
- Accompagner certains changements ou évènements de la vie: veuvage...
- Maintenir le lien social.
- Accompagner les aidants.
- Favoriser l'accès aux droits.
- Lutte contre la dénutrition
- Prévention des maladies chroniques

LES ACTIONS

- Consultations individuelles pré et post programme
- 25 ateliers de groupe
- Bien vieillir , Accompagner mes proches, Équilibre nutritionnel, Les 5 sens , Santé et activité , Prévention des maladies chroniques , Gestion des maladies et traitements, Gestion des douleurs, Alimentation et sante , Mémoire et papilles, Prévention des chutes , L'accès aux droits, Bien être et détente, Prévenir l'isolement, Le sommeil x 2, Mémoire, Seniors dans la société; Mes courses au quotidien , Accompagner mes petits-enfants dans l'équilibre alimentaire, Co construction d'une semaine de menus équilibre, Préparer ma fin de vie, Place de la nature, Santé environnementale et polluants intérieurs, Consommation éco responsable
- 3 ateliers intermédiaires
- Co construction de supports, Synthèse sur les acquis, points à améliorer pour la suite du programme, Evaluation de l'activité
- 2 ateliers de cuisine
 - 2 ateliers de psychologie ; La transition à la retraite, La dépression, suis-je concerné
 - 12 ateliers de danse-thérapie 12 ateliers d'activités de chant
 - 6 ateliers intergénérationnels
 - 3 ateliers cuisine intergénérationnels
 - Participation à la semaine bleue

RENSEIGNEMENTS

Nom du contact : Isabelle LELEU
Adresse mail : ileleu@saint-fargeau-ponthierry.fr
Téléphone : 01-60-65-81-52



E.H.P.A.D. du CANTON DE NEMOURS

Séances de gymnastique séniors de groupe Et Séances individuelles de Amma Assis

INFORMATIONS

- Où ? SAINT PIERRE LES NEMOURS
- Pour qui ? résidents de l'E.H.P.A.D du Canton de Nemours
- Quand ? les jeudis tous les 15 jours de 14h30 à 15h30 et de 15h30 à 16h30

LES ACTIONS

- Nom de l'atelier : 48
4 séances individuelles de 15 minutes
- Ateliers de Amma Assis et gymnastique séniors
- Nombre de Séances : 48
- Contenu : séance de gymnastique et de détente par le massage en Amma assis adapté

LES ENJEUX

- Réduire la perte d'équilibre et au renforcement musculaire, prévenir les chutes,
- Réduire le stress, l'anxiété et les troubles du sommeil
- Dénouer les tensions physiques et psychiques
- Lutter contre la dénutrition

RENSEIGNEMENTS

Nom du contact ROCHER Sandra
Adresse mail s.rocher@ch-sud77.fr
Téléphone 01 64 45 47 01



Résidence COALLIA de La Garenne

Cette pratique thérapeutique facilite la communication, notamment dans les situations où les mots sont insuffisants ou difficiles à exprimer. Elle permet de trouver d'autres moyens de partager les émotions et les pensées avec les autres. Cette forme d'expression non verbale favorise les échanges authentiques.

INFORMATIONS

- Où ? EHPAD COALLIA Résidence La Garenne
- Pour qui ? Toute personne de plus de 60 ans
- Quand ? 2 fois par mois sur l'année 2025

LES ACTIONS

- Nom de l'atelier : Art thérapie
- Nombre de Séances : 20
- Contenu :

L'art thérapie utilise des techniques artistiques (arts plastiques, musique, écriture, théâtre, danse) pour soulager l'angoisse, restaurer l'estime soi, procurer du bien-être mais aussi favoriser la concentration et maintenir les capacités préservées des résidents.

LES ENJEUX

- Stimuler son imaginaire
- Eveiller les sens
- Améliorer la confiance en soi
- Améliorer les relations sociales
- Renforcer la créativité

RENSEIGNEMENTS

Diane ROUSSEAU
Rousseau.diane@free.fr
06.41.68.65.71



EHPAD La Table Ronde - PROVINS

S'associe avec TravelMe pour faire bénéficier à nos résidents d'un accès à la culture adapté et interactif.

INFORMATIONS

- Où ? Au sein de l'EHPAD La Table Ronde à Provins (77160).
- Pour qui ? Toute personne résidant au sein de notre établissement.
- Quand ? De février 2025 à décembre 2025.

LES ENJEUX

- Amener la culture dans la résidence et la rendre accessible à tous.
- Créer et favoriser le lien social.
- Solliciter les capacités cognitives et sensorielles des bénéficiaires (prévention de la perte d'autonomie).
- Rendre les participants acteurs de leur quotidien et des interventions.
- Développer le lien intergénérationnel (participation de nos partenaires : familles, écoles...).
- Faire (re)découvrir des lieux culturels aux résidents.

LES ACTIONS

- **Nom de l'atelier :** Immersion culturelle virtuelle et interactive en EHPAD.
- **Durée des ateliers :** 1h30
- **Nombre de Séances :** 12
- **Contenu :** Chaque séance comprend la visite virtuelle d'un lieu (musée, quartier, château...) choisi en amont par les résidents. En direct du lieu choisi, un guide-conférencier formé pour l'accompagnement des personnes âgées mène la visite virtuelle de façon interactive en échangeant avec les résidents.
Les visites choisies peuvent aussi être en lien avec un évènement calendaire, quel qu'il soit ou peuvent être créées sur mesure après demande de la part des résidents auprès de l'organisme intervenant. Nos partenaires pourront être conviés à certaines de ces visites virtuelles interactives.

RENSEIGNEMENTS

Nom du contact : Lisa JOMPIERRE
Adresse mail : l.jompierre@acppa.fr
Téléphone : 01.60.67.67.64



Résidence La Bruyère de Voulx

Atelier de médiation animal pour les personnes âgées de tout niveau de dépendance dans le but de réduire et apaiser les plaintes somatiques, de rompre l'isolement social, de stimuler la mémoire et d'apporter un sentiment de bien-être.

INFORMATIONS

- Où ? au sein de la résidence
- Pour qui ? Tous les résidents, (femmes, hommes), quelque soit leur âge, leur pathologie et leur degré de dépendance GIR 1 à 6.
- Quand ?
Sur l'année 2025

LES ACTIONS

- Nom de l'atelier : Médiation animal
- Ateliers de 1h30
- Nombre de Séances : 12 séances pour 2025
- Contenu : la médiation animale consiste à emmener plusieurs types d'animaux et de les mettre en contact avec les résidents afin de créer une stimulation et participer à la réduction de certains troubles tel que l'anxiété, l'isolement.
- Cette méthode de soins intègre ainsi l'animal comme un thérapeute.

LES ENJEUX

- Diminuer l'isolement social
- Stimulation de la mémoire
- Stimuler les fonctions motrices, la motricité fine
- Renforcement de la concentration
- Apaiser l'angoisse
- Reprise de l'estime de soi, confiance
- Réduction de l'anxiété par la baisse de traitement médicamenteux

RENSEIGNEMENTS

Nom du contact

Mme BAH Maïmouna

Mme Delestre Nadine

Adresse mail

dir2voulx@asso-lesbruyeres.org

anivoulx@asso-lesbruyeres.org



La résidence Lucie et Edgar Faure

Propose pour l'année 2025, des ateliers de médiation animale visant à favoriser le lien social et à combattre l'isolement. Grâce à ces ateliers, nous luttons également contre la perte d'autonomie chez les habitants.

INFORMATIONS

- Où ? A la résidence Lucie et Edgar Faure à Boissise la Bertrand
- Pour qui ? Toute personne de plus de 60 ans
- Quand ? sur l'année 2025

LES ACTIONS

- Nom de l'atelier : Félines et Plumes en harmonie
- Ateliers de médiation animale par la Plume de Vallombreuse
- Nombre de Séances : 20 (2 fois/mois)

Contenu : Les habitants participeront à des séances de médiations animales au sein de la résidence, encadrées par Hélène une thérapeute dirigeant le plume de Vallombreuse. Ces séances incluront :

Des interactions directes avec les oiseaux et les chats par petit groupe d'habitants pour renforcer les liens émotionnels et favoriser leur potentiel cognitif, psychologique, physique ou social.

Des interactions directes dans les chambres pour les habitants ne pouvant pas sortir de leur chambre.

Des discussions de groupe après chaque session pour partager les ressentis et proposer des idées de séances.

LES ENJEUX

- Améliorer le bien-être émotionnel et réduire l'anxiété
- Stimuler les fonctions cognitives et sensorielles
- Renforcer les liens sociaux
- Rompre l'isolement (ou lutter contre l'isolement)
- Améliorer la motricité fine et fondamentale

RENSEIGNEMENTS

Nom du contact : Laurent Mathilde
Adresse mail : aniboissise@asso-lesbruyeres.org
Téléphone : 01.64.14.23.21



EHPAD OREE DU BOIS

Découvrir et initier les résidents à l'art de la céramique

INFORMATIONS

- Où ? La Résidence l'Orée-du-Bois à Bois-le-Roi
- Pour qui ? Toute personnes de plus de 60 ans
- Quand ? De mai à décembre 2025

LES ACTIONS

- Nom de l'atelier : Terre de mémoire
- Ateliers de 34 séances
- Nombre de Séances 34 séances de 3 heures (1h30 par groupe)
- Contenu :
Découverte de l'art de la céramique et des différents types de terres (outillages, engobes, émaux, grès, faïence, technique de manipulation de la terre...) : 20 séances
-Processus de création d'objets (figurines, fresques, mosaïques, sculptures avec différents types de matériaux tels que la poterie et/ou céramique) : 14 séances
Création des décors (peinture, vernis...) : 10 séances

LES ENJEUX

- Coordination bimanuelle (des mouvements)
- Coordination oculo-motrice
- Motricité globale et fine
- Mémoire globale
- Endurance
- Précision
- Fonctions attentionnelles
- Estime de soi
- Création de rôles/sentiment d'acteur du résident
- Échanger avec différents publics
- Lutter contre l'isolement

RENSEIGNEMENTS

Nom du contact : BENTAHAR Warda :
Pauline PASSELANDE

Adresse mail : w.bentahar@acppa.fr
p.passelande@acppa.fr

Téléphone : 01 64 97 12 77



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

Dansez, mangez, bougez

INFORMATIONS

- Où ? E.H.P.A.D Les Jardins de Chagot, salle d'animation, salle à manger, P.A.S.A.
- Pour qui ? Toute personne de plus de 60 ans, quelque soit leur pathologie ou leur handicap

LES ENJEUX

- Limiter la perte d'autonomie et le risque de chutes chez la personne âgée ;
- Tenter de ralentir l'aggravation des maladies chroniques ;
- Réduire le stress, l'anxiété et la dépression en amenant une activité adaptée qualitative pour contribuer à leur confort et leur sécurité ;
- 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 ;
- Développer des actions de prévention et d'éducation nutritionnelle pour les personnes âgées (Cf. fiche action n°7 du guide technique).

LES ACTIONS

- Ateliers de Janvier à décembre 2025
- Séances de 1h30, deux à trois fois par mois
- Les séances sont proposées un lundi sur 2 et certains mercredis
- 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, personnel, habitants de la commune pour les fêtes de fin d'année
- Ateliers transversaux, en lien avec le service cuisine (la restauration est faite sur place), afin de prévenir la dénutrition et de participer à l'éducation alimentaire

RENSEIGNEMENTS

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

