

« Les graines d'un vieillissement en bonne santé se sèment tôt »

Kofi Annan

Assemblée mondiale sur le vieillissement 27/09/2001

## Diagnostic - contexte

Dans le cadre du diagnostic « Retraite Active en Centre Mauges », les retraités ont exprimé leurs préoccupations à propos de leur autonomie, leur santé, leur volonté d'être actif et solidaire (enquête menée par la MSA et le Centre Social).

Des indicateurs de fragilité révèlent les tendances suivantes :

- Une part de retraités ayant des revenus modestes (de 0,5 % à 3,85%) et une précarité qui touche les plus âgés. (source CNAV 2012-Minimum Vieillesse)
- Des femmes plus touchées que les hommes par la solitude et la précarité ( indicateurs pension de réversion CNAV 2012)
- Une partie de la population relativement vulnérable (sources services de gendarmerie locale).
- La présence de jeunes retraités (60,5 ans /âge moyen départ en retraite (source CNAV 2014))

A l'issue d'une restitution publique de l'étude prospective de diagnostic en décembre 2013, quatre groupes de travail, composés d'habitants et d'élus accompagnés par des professionnelles, ont participé à la mise en œuvre d'actions sur les thématiques de la mobilité, l'habitat, la solidarité, la communication, la santé. La commission Bien Vieillir souhaite continuer son action sur les thématiques de la solidarité, la prévention et bien être, la santé et l'habitat.

*Document en annexe: relevé des indicateurs de fragilité en Centre Mauges*



Suite page suivante



## Accueil

Les retraités viennent au Centre Social dans le but de garder du lien social, partager ou développer des compétences, des savoirs, avoir une activité de bien-être, de loisirs, bénéficier d'un espace de répit, être inscrit dans un espace multigénérationnel, ouvert à tous.

Ils sont accueillis par l'animateur Développement Social Local

## Animations Collectives

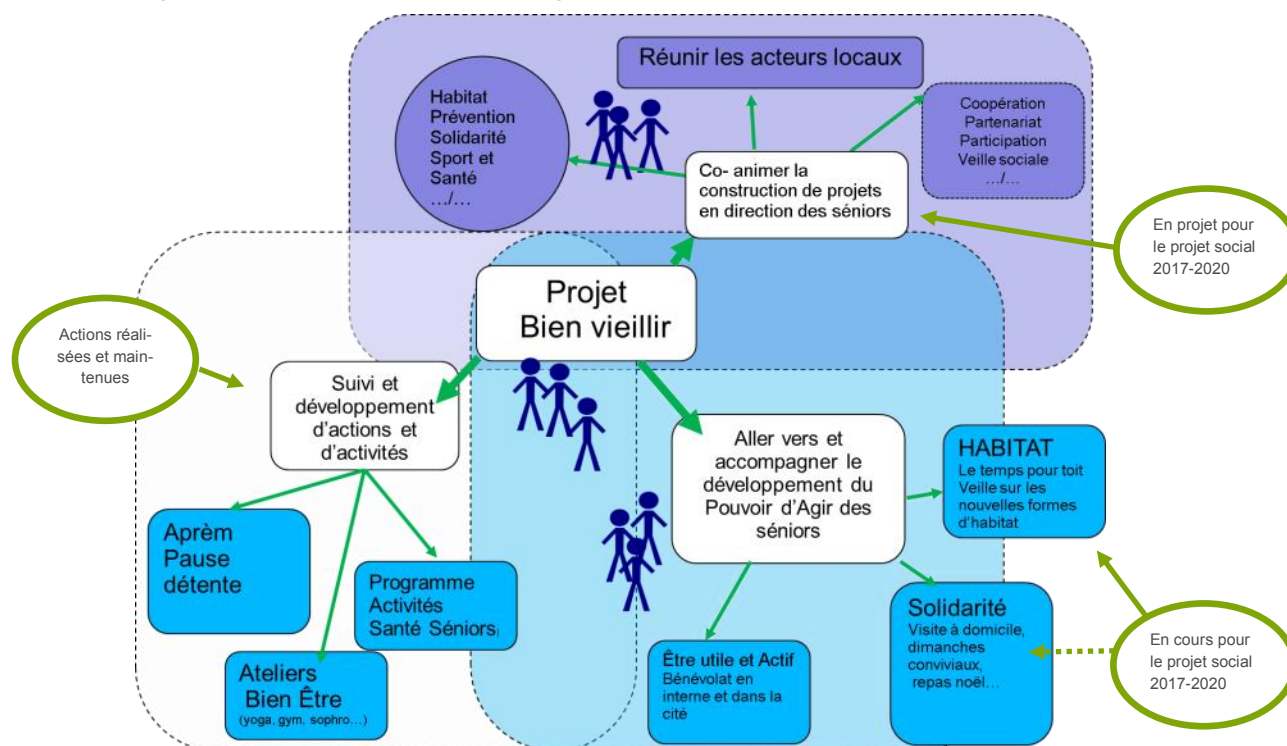
Dans le cadre du développement du Pouvoir d'Agir des séniors, les animations collectives s'organisent en fonction de leur investissement et des situations sociales concrètement insatisfaisantes. Cela facilite la participation, la conscientisation et le relais d'information

THEMATIQUES	ANIMATIONS COLLECTIVES	Modalités de participation des retraités
Solidarité	Aprèm Pause Détente (Fiche n°3) Visites à domicile (Fiche N°1)	Participation au contenu des animations et à l'organisation Être visiteur et participer à la réflexion du service dans sa globalité.
Santé Prévention Bien-Être	Forum, ateliers et découvertes Ateliers (Fiche N°2)	Prendre part à l'activité à différents niveaux : inscription, réflexion, organisation, communication
Habitat	Groupe d'habitants mobilisés	Réflexion et participation à la mise en place d'une antenne un Temps pour Toit sur le territoire

## Gestion de services utiles à la population

THEMATIQUES	
Solidarité	Visite a domicile (fiche N°1)
Prévention, Santé et Bien être	Des ateliers comme la gym sur chaise, le yoga, la sophrologie (fiche partagé - activité ateliers adultes - voir projet famille)

## Coordination (Animation de réseaux)



Dans le cadre de la coordination, nous poursuivons la réflexion et la mise en action :

D'une permanence de « un temps pour toit » dans le cadre du Groupe Habitat.

Pour la suite du projet « retraite active avec la Commune de Beaupréau » en raison du départ de la MSA

### Une attention en direction des publics vivant une situation fragilisante

PUBLICS	Modalités d'accueil	Modalités d'accompagnement
Personnes seules	Écoute ciblée	Identification des freins et proposition de solutions  Invitation à venir, à participer au collectif
Personnes fragilisées suite à une rupture (deuil, problème de santé, accident...)	Explication	
Retraités ayant de faibles revenus	Relais et orientation si besoin	
	Bienveillance	

### Partenaires

**Services à la personne** : SSIAD, ADMR, Anjou soin Service, Eval Loire, Relais Présence,

**Institutionnels** : Commune , CARSAT, CCAS, MSA, CLIC

**Associatifs** : Secours Catholique, Clubs retraites



Le projet Bien Vieillir est piloté par la commission Bien Vieillir.

Des groupes se constituent pour mettre en œuvres les idées, les projets...

THEMATIQUES	ACTIONS	Bénévoles
Solidarité	Aprèm Pause Détente	Michèle Godard, Chantal Allaire avec la participation du groupe
	Visites à domicile	Nicole Paquereau, Annie Ouvrard, Daniel Petiteau, Françoise Barré, Marie Christine Tharreau, Marie Jeanne Metayer,
Prévention Bien Être	Ateliers et découvertes	Chantal Allaire, Brigitte Chesnouard, Gérard Gallard, Michèle Godard, Daniel Robineau, Marie Juliette Tanguy, Jeannette Petite, Jeannine Aubron, Nicole Huet
Santé	Forum, ateliers	
Habitat	Groupe d'habitants mobilisés	Michèle Godard, Gérard Gallard, Maryse Grimaud

## Centre Social Èvre et Mauges

Michèle Godard  
Administratrice du Centre Social

Michel Ravel  
Animateur Développement Social Local

m.ravel@cs-evreetmauges.fr

Le Projet « Bien Vieillir » s'inscrit dans une démarche territoriale dans le but d'apporter des réponses collectives, transversales et participatives sur des questions sociales que vivent les retraités en concertation avec les acteurs locaux.

## Centre Social Evre & Mauges

10 rue du Sous-préfet Barré - Beaupréau - 49600 Beaupréau-en-Mauges

☎ 02.41.63.06.33 - ✉ [accueil@cs-evreetmauges.fr](mailto:accueil@cs-evreetmauges.fr)

<http://evreetmauges.centres-sociaux.fr>

*Avec le soutien financier de*



## Informations complémentaires diagnostic



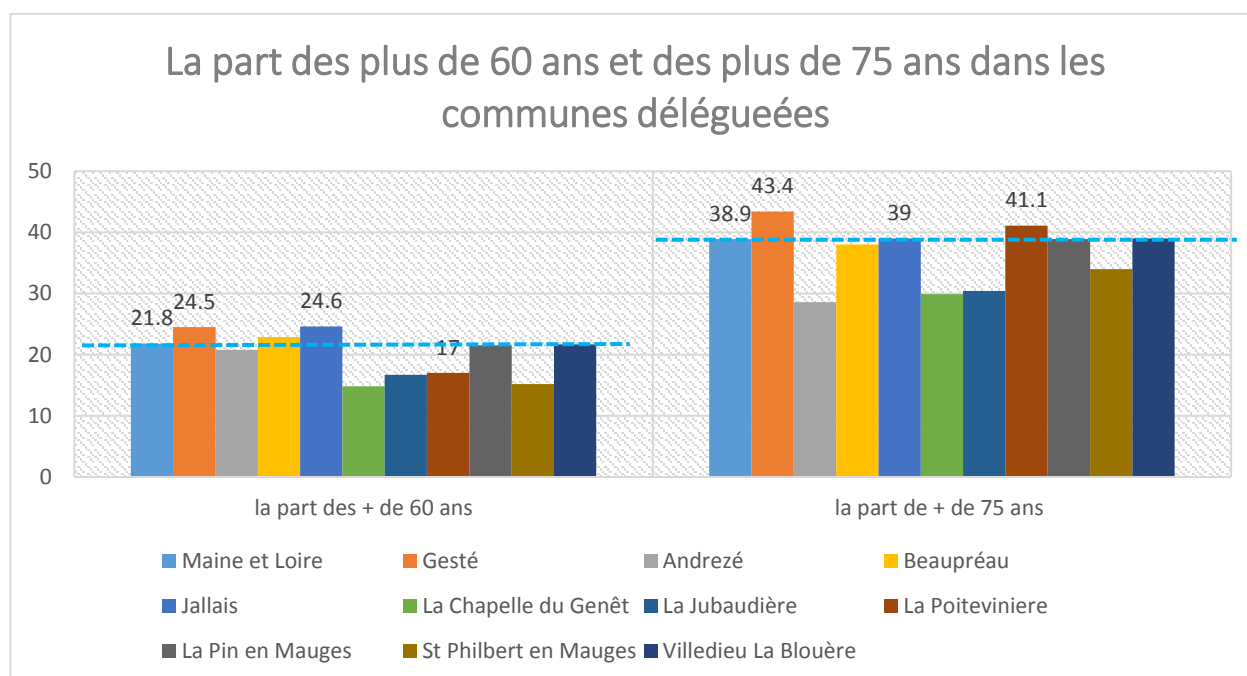
### RELEVÉ DES INDICATEURS DE FRAGILITÉ EN CENTRE MAUGES

- SOURCES : observatoire des personnes en situation de fragilité CARSAT pays de Loire
- <http://www.observatoiredesfragilites.fr>
- diagnostic Retraite Active en centre Mauges

**L'Age moyen de départ à la retraite (60,5 ans) est en dessous de la moyenne nationale.**

l'âge moyen du départ à la retraite pour les habitants des communes de Beaupréau-en-Mauges est de 60.5 ans, de 61 ans dans le Maine et Loire et de 63 ans en France (chiffre CNAV 2014)

**Un territoire présentant des particularités selon les communes et les âges**

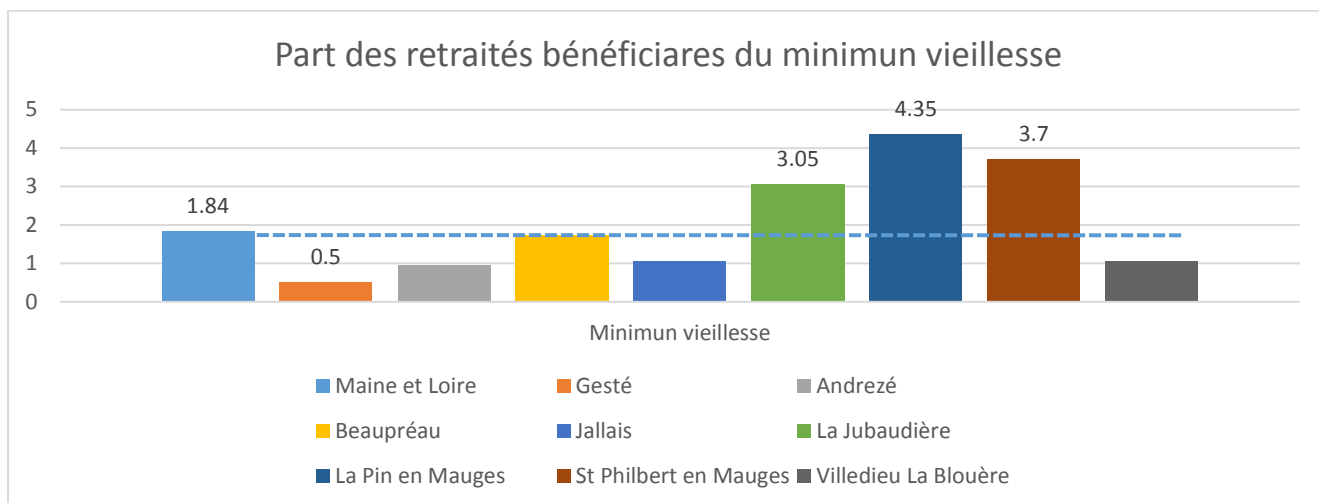


**Des revenus modestes et une précarité qui touchent les plus âgés**

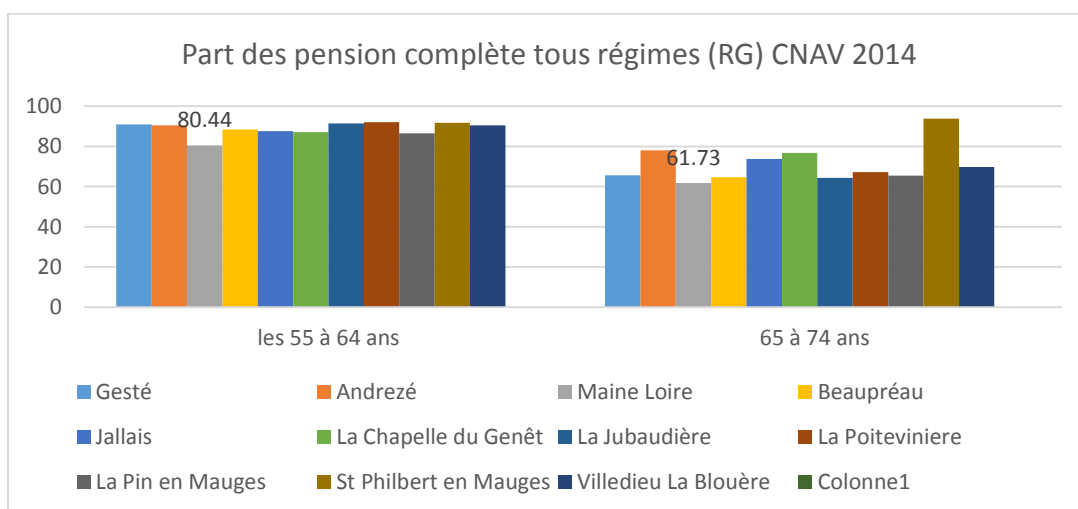
Les plus âgés sont moins touchés par la précarité que les retraités de moins de 75 ans (source MSA49 -2013/INSEE 2010) bien qu'une minorité d'entre eux ne bénéficient pas d'une carrière complète tous régimes.

## Des indicateurs de précarité

Certaines communes déléguées présentent une part de la population bénéficiaire du Minimum Vieillesse. Le chiffre moyen du département de la part des bénéficiaires est de 1.84%.

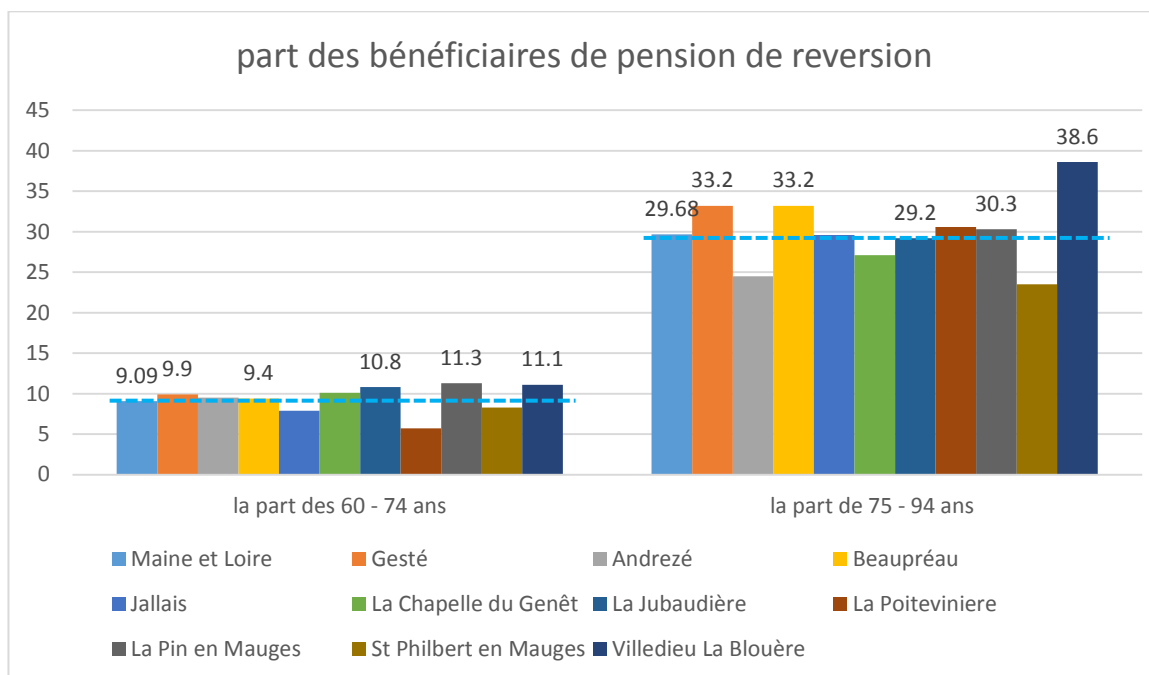


**Il existe une part d'habitants n'ayant pas une carrière complète tous régimes. Cette tendance est plus accentuée pour les plus de soixante-quinze ans. ( CNAV SNSP 2014)**



**Dans un bassin historiquement marqué par les entreprises de manufacture de chaussures et du secteur agricole où les retraités bénéficient de pensions modestes, les femmes seraient plus touchées par le célibat et la précarité.**

La part des personnes seules dans le Maine e Loire est de 9.09 pour les 60 – 74 ans et de 29.68 pour les 75 à 94 ans. ( source CNAV SNSP 2014).



### Un population avec un potentiel de vulnérabilité

Les services de gendarmerie observent des délits en direction des personnes âgées et indiquent l'inexistence d'information de prévention sur les arnaques dont les séniors peuvent être victimes.

### UN RECCUEIL QUALITATIF DES ATTENTES

**Au regard de l'enquête menée par la MSA et le Centre Social sur la question du Bien Vieillir, les personnes expriment leur volonté d'être autonome, en bonne santé physique et mentale tout en restant actifs le plus longtemps possible.**

Les principaux sujets de préoccupations concernent: la santé, les solidarités familiales ( 3 ou 4 générations), le besoin de répit pour les aidants, la solitude, les contraintes liées aux baisses de revenus économiques, les activités, le besoin d'être actif, l'habitat, la mobilité. (enquête MSA CSEM décembre 2013).

Les retours du questionnaire Santé diffusé en 2015 montrent que, majoritairement, le sommeil et la mémoire sont les premiers sujets de préoccupations , suivis des thématiques tel que la diététique, les forums débat santé, les médecines douces, la révision du code de la route, l'équilibre, la vue, les nouveaux sports, la marche, la danse, la gym douce.

En résumé, nous constatons que le territoire se caractérise par :

- la présence de jeunes retraités
- des revenus modestes et une précarité qui touchent les plus âgées
- des aidants en recherche d'espace de temps de répit
- Des communes ayant des différences d'indices de vieillissant et de densité démographiques
- des femmes plus touchées que les hommes par la solitude et la précarité,
- une partie de la population vulnérable aux sollicitations commerciales.
- Le besoin d'être actif, utile et solidaire tout en restant en bonne santé

Les éléments ici présentés nous amènent à constater un processus de fragilisation pour une catégorie de personnes plus âgées dans un contexte rural complexe à investir compte tenue des disparités et des inégalités existantes. En ce qui concerne les jeunes retraités, il en ressort un besoin potentiel d'accompagnement dans la définition d'un nouveau projet de vie.

# VISITEUR A DOMICILE (BIEN VIEILLIR) FICHE ACTIVITÉ N°1



Projet social 2017-2020

Antériorité : non Activité Nouvelle

## Diagnostic - contexte - problématique

L'avancée en Age et la perte d'autonomie de la personne âgée sont des facteurs de fragilisations avec des effets plus importants si celle-ci a peu d'entourage (famille, amis, voisins..). Il existe un fort risque de résignation jusqu'à l'incapacité d'agir pour soi provoquant du repli sur soi, de la dévalorisation de soi. Les acteurs sociaux locaux sont d'accord sur l'observation de personnes âgées seules. L'enquête menée par la MSA en partenariat avec les services de La Poste confirme ce constat.

D'un autre côté, l'entrée en retraite est souvent le questionnement d'un nouveau projet de vie à mener pour les plus de 60 ans. Une part des retraités souhaite s'investir dans des actions d'utilité sociale. Ils ne sont pas ou peu formés aux sciences sociales notamment à la relation d'écoute neutre et bienveillante, aux pathologies du vieillissement.

## Objectifs

- Proposer un service bénévole de visiteurs à domicile en direction des personnes âgées seules
- Accompagner les bénévoles dans leur activité et les difficultés rencontrées
- Associer les acteurs sociaux au fonctionnement du service

## Descriptif de l'activité

L'animateur reçoit et analyse la demande, effectue un relais auprès des bénévoles, convient d'une date de rencontre qui réunit un membre de la famille, le bénévole et la personne demandeuse.

Les documents (règlement du visiteur, charte ) permettent de formaliser le cadre de la visite et les contacts des référents. Le « contrat d'engagements réciproques » est défini en concertation pour la fréquence, le contenu, les disponibilités des personnes. Un relais d'information est effectué par l'animateur auprès des acteurs sociaux locaux

Le suivi des visites est assuré par la programmation de quatre réunions animées par l'animateur. Des intervenants ou des professionnels du secteur de la Gérontologie peuvent être sollicités pour éclairer les questions.



## Partenaires

SSIAD, CLIC, CCAS, ADMR, EVAL LOIRE, RELAIS PRESENCE, CARSAT





## Rôle du Centre Social - participation des Habitants - Usagers

Le Centre social accompagne les bénévoles Visiteurs. Il analyse les demandes de visites à domicile, communique auprès des partenaires les personnes visitées et sollicite les acteurs sur des situations/ problèmes qui dépassent le cadre de la visite

### Moyens

Humains (Nbre, qualification...)	Financiers (source de financement)
Animateur Développement Social Local	CARSAT
Collectif de bénévoles	Commune Beaupréau-en-Mauges
Intervenants spécialisés	

### Résultats quantitatifs attendus (Critères, indicateurs)

- Nombre de personnes visitées
- Nombre de personnes bénévoles
- Nombre d'action de formation
- Nombre de jours

### Résultats qualitatifs attendus (Critères, indicateurs)

Degré de satisfaction des personnes visitées

Point de changement de comportement ( médicaments, tenue vestimentaire, alimentation)

### Période de réalisation :

2017-2020 : Toute l'année sauf les grandes vacances

### Participation financière des usagers

Gratuité : **Oui**      Payant: **Non**    Adhésion : **Oui**

Autres (préciser)

# ATELIERS SANTÉ BIEN ETRE (BIEN VIEILLIR) FICHE ACTIVITÉ N°2



Projet social 2017-2020

Activité Nouvelle

## Diagnostic - contexte - problématique

Au regard du travail d'enquête mené par le centre social et la MSA sur la question du Bien Vieillir, il apparaît que les retraités expriment leur volonté d'être autonome, en bonne santé tout en restant actifs le plus longtemps possible.

L'accès aux services en milieu rural.

La voiture en milieu rural est souvent associée à l'autonomie. Avec l'avancée en âge, les déplacements en voiture diminuent et provoquent un éloignement des services. La démarche d'« Aller vers » les offres d'activités de bien-être ou de prévention est souvent motivée par un bilan santé, ou sur les conseils d'un tiers.

La question de l'accès à la prévention pour les publics fragilisés est un point de vigilance à explorer et à échanger avec les acteurs sociaux locaux pour mieux approcher les personnes en difficulté.

## Objectifs

- Programmer des ateliers de prévention santé et de bien être sur le territoire
- Associer les acteurs sociaux dans la démarche de prévention
- Favoriser la transversalité et les relais

## Descriptif de l'activité

Le centre social met en place un programme qui comprend des forums, des ateliers de prévention santé et de bien-être. Les thématiques sont définies en concertation avec la commission Bien Vieillir.



### Partenaires

Le Centre Social est amené à solliciter la participation du CLIC, de la MSA, de la CARSAT pour ce qui concerne l'accès aux droits.

Les relais d'information transitent par les services de santé, les club de retraités, le Secours Catholique. De son côté, le Centre Social participe au relais d'information.

En fonction des projets, le Centre Social est amené à solliciter les acteurs locaux ou participe aux actions locales dans le cadre du Bien Vieillir



## Rôle du Centre Social - participation des Habitants - Usagers

Le centre social met en place des actions et des activités de prévention, de bien-être en lien avec des besoins repérés. Les membres de la commission s'investissent dans la communication, les choix et les décisions qui concernent l'activité, l'accueil et les relais d'information.

### Moyens

Humains (Nbre, qualification...)	Financiers (source de financement)
Animateur DSL	Beaupréau-en-Mauges
Les administrateurs du Centre Social	CARSAT
Intervenants spécialisés	MSA
	Subventions (bourses, fondations...)

### Résultats quantitatifs attendus (Critères, indicateurs)

- Nombre d'activités menées
- Nombre de participation, diversité des publics ( âge, domicile, genre)

### Résultats qualitatifs attendus ( Critères, indicateurs)

- Degré de satisfaction
- Demande de suite à apporter

### Période de réalisation :

**2017-2020** Ponctuel

### Participation financière des usagers

Gratuité : **Oui**    Payant : **oui**    Adhésion : **Oui**

Autres (préciser)

En fonction des actions, certaines peuvent être payantes

# LES APREM' PAUSE DÉTENTE

## (BIEN VIEILLIR) FICHE ACTIVITÉ N° 3



Projet social 2017-2020

Activité existante Depuis 2014

### Diagnostic - contexte - problématique

Le Centre Social s'est engagé dans la mise en œuvre d'un projet nommé « Bien Vieillir ». Le but est de favoriser la mobilisation des séniors en déclinant un plan d'action qui puisse répondre à des réalités sociales des retraités.

La question du lien social pour les plus de soixante ans est une forte préoccupation. La perte des contacts professionnels, le départ des voisins, l'éloignement des enfants, la santé... sont autant de causes de fragilisation sociale.

Suite aux rencontres débats sur les sujets de préoccupations des retraités, la création d'un espace de projets, de loisirs et de détente apparait comme une attente partagée chez un public en recherche d'espaces de sociabilité, de lien social.

### Objectifs

**Les objectifs sont d'encourager les retraités à**

- Maintenir des liens sociaux
- Continuer à être acteur de leur projet de vie

### Descriptif de l'activité

Les Aprèm Pause Détente sont programmés le deuxième jeudi après midi de chaque mois. L'objet est d'accueillir les personnes de plus de soixante ans qui cherchent des espaces de rencontres, de discussions et de loisirs collectifs. L'animateur propose d'échanger sur des projets d'activités à réaliser ensemble en s'appuyant sur ce qui existe sur le territoire. Chacun et chacune peut avoir une idée, une proposition, un souhait à partager avec le groupe .



**Partenaires**



## Rôle du Centre Social - participation des Habitants - Usagers

Centre social est l'organisateur de l'activité

Animation collective co-mené avec les habitants Définition collective d'un programme d'activité, co-voiturage, relais d'information et recherche des participants pour alimenter les choix

### Moyens

Humains (Nbre, qualification...)	Financiers (source de financement)
Animateur DSL	CARSAT
Administrateurs	Beaupréau-en-Mauges

### Résultats quantitatifs attendus (Critères, indicateurs)

- Nombre de personnes accueillies
- Nombre d'activité programmées
- Nombre d'initiatives

### Résultats qualitatifs attendus (Critères, indicateurs)

- Nature des initiatives
- Nature et degré des relations entre les personnes
- Degré d'implication

### Période de réalisation : 2017-2020

Le deuxième jeudi de chaque mois (sauf juillet et août)

### Participation financière des usagers

Gratuité : **Oui** Payant : **Oui** (Tarifs) Adhésion : **Oui**

**Autres (préciser) :** Certaines activités peuvent être payantes, Une attention particulière sur les tarifs demandés pour répondre aux publics les plus fragilisés financièrement