

SILVER ÉCONOMIE

**L'ASSURANCE RETRAITE,
ACTEUR CLÉ DE L'INNOVATION
EN ÎLE-DE-FRANCE**

OTIG

En 2019 et 2020, l'Assurance retraite Île-de-France confirme une nouvelle fois son rôle d'acteur clé dans la silver économie. Une ambition qui se traduit notamment par son soutien à de nombreux projets innovants en faveur du bien vivre à la retraite.

Notre institution est guidée par des principes au cœur des valeurs du service public : l'approche positive et non stigmatisante de l'avancée en âge et l'accessibilité des projets, que les membres de la commission régionale retraite et action sociale Île-de-France et le conseil d'administration de la Caisse nationale d'assurance vieillesse ont souhaité valoriser.

Notre politique d'action sociale a pour objectif de prévenir et d'accompagner les retraités dans toutes les étapes génératrices de rupture et donc de risque de fragilité tels que le passage à la retraite, l'hospitalisation ou la perte du conjoint.

Nous nous attachons à financer, via notre dispositif d'appels à projets, des solutions présentant une dimension innovante voire expérimentale en vue de toucher de nouveaux publics, et de sensibiliser le plus grand nombre. Notre action s'inscrit dans une approche territoriale et partenariale globale, en complémentarité avec les autres dispositifs de soutien notamment celui des conférences des financeurs de chaque département francilien, dont nous sommes membres.

Nous avons également mis en place différents partenariats avec des acteurs clés de la silver économie : Silver Valley, makesense, Croix-Rouge Innovation, Banque des Territoires Île-de-France, France active Île-de-France. L'objectif : offrir un parcours d'accompagnement complet et personnalisé aux porteurs de projets. Un dispositif qui s'inscrit dans la continuité du projet national VIVA Lab, lancé par l'Assurance retraite en 2019.

Nouveaux services, communautés de seniors, innovations technologiques, activités et conférences dédiées, etc. : ce ne sont pas moins de 61 projets innovants qui ont été soutenus entre 2019 et 2020, pour une enveloppe totale de 1 783 003 euros.

Tous les projets soutenus traduisent, par leur initiative, la dynamique en faveur de la longévité. Leur approche globale et décloisonnée, dans l'optique d'une société plus inclusive, est le reflet tout entier de notre mobilisation en la matière.

Vous trouverez, dans cette nouvelle édition, un zoom sur 16 projets phares et un retour sur des projets soutenus les années précédentes.

Bonne lecture !



Christiane Flouquet
Directeur de l'action sociale de
l'Assurance retraite Île-de-France

SOMMAIRE

P. 6

NOTRE POLITIQUE D'ACTION SOCIALE

P. 8

SILVER ÉCONOMIE : NOS PARTENAIRES

P. 11

GARDER LE CONTACT

P. 12 – Entoureo

P. 13 – Vieillir & Vivre bien

P. 14 – 2 minutes ensemble!®

P. 15 – Lumeen

P. 16

RESTER ACTIF À LA RETRAITE

P. 17 – Saparman

P. 18 – Neosilver

P. 19 – Rêves de seniors

P. 20 – Astérya

P. 21 – Malle d'Aventure

P. 22

EN ACTION AVEC LE PRIF

P. 24

ÊTRE BIEN CHEZ SOI ET DANS SON QUARTIER

P. 25 – Réaménages

P. 26 – Conciergerie solidaire senior

P. 27 – Bricobus seniors

P. 28

PRENDRE SOIN DE SOI ET DE SES PROCHES

P. 29 – AIDA

P. 30 – Caravane Tous Aidants

P. 31 – Plateforme Prev&Care

P. 32

PORTEURS DE PROJETS, QUE SONT-ILS DEVENUS ?

P. 34

LAURÉATS ET PROJETS SOUTENUS EN 2019-2020

NOTRE POLITIQUE D'ACTION SOCIALE...

Notre enjeu est de déployer, avec différents partenaires, une politique d'action sociale dynamique en faveur de la longévité et de la prévention de la perte d'autonomie. Cette approche, ambitieuse et innovante, s'attache à prendre en compte l'ensemble des éléments favorables au bien vivre à la retraite.

... TOURNÉE VERS LE PLUS GRAND NOMBRE...

La politique d'action sociale de l'Assurance retraite Île-de-France s'adresse aux retraités autonomes et vise, par diverses synergies, à rapprocher les offres de service et les dispositifs d'amélioration de la vie quotidienne. Celle-ci s'articule autour de trois niveaux d'intervention et de deux thématiques transversales.

1 L'information et le conseil à destination de tous les retraités. Les objectifs : les sensibiliser aux enjeux du vieillissement et diffuser les messages de prévention via l'organisation de forums Bien vivre sa retraite et la mise à disposition d'outils de communication variés (brochures, sites internet, web séries, etc.).

2 Le développement d'actions collectives de prévention concrètes, inclusives et non stigmatisantes via :

- ◇ les ateliers du Parcours prévention du groupement Prévention retraite Île-de-France (Prif) ;
- ◇ les dialogues de gestion avec des partenaires identifiés (centres sociaux, ANCV, bailleurs sociaux, foyers de travailleurs migrants, etc.). Les objectifs : soutenir et développer l'ingénierie et la mise en œuvre des actions proposées aux retraités de leurs réseaux ;

◇ le soutien aux initiatives innovantes dans le cadre d'appels à projets favorisant les comportements bénéfiques au bien-vieillir.

3 Le repérage des situations de rupture (hospitalisation, veuvage, etc.) le plus tôt possible et l'accompagnement des retraités fragilisés via une évaluation individualisée de leurs besoins et la construction d'un plan d'action personnalisé (PAP). L'objectif : proposer aux retraités un panier de services adaptés et diversifiés.

L'Assurance retraite Île-de-France mène également au quotidien des actions sur deux versants transversaux fondamentaux pour le bien-être de ses retraités :

- ◇ une action forte en direction de l'habitat pour les retraités vivant dans le parc privé¹, dans le parc social² ou en structures d'accueil (résidence autonomie, Marpa, etc.) ;
- ◇ une action prégnante et diversifiée vers le maintien du lien social, qui figure parmi les premiers facteurs permettant de lutter contre la perte d'autonomie.

Notre approche et notre expertise nous positionnent aujourd'hui comme un interlocuteur incontournable dans la silver économie. Ceci nous permet de proposer une offre, disposant à la fois d'une maturité et d'une agilité suffisantes pour collaborer avec tous les niveaux d'actions sur les aspects du « bien vivre sa retraite » et du « bien-vieillir ».

Envie d'en savoir plus ? Consultez la rubrique Partenaire sur lassuranceretraite-idf.fr.

1. Habitat « diffus ».
2. Habitat « collectif ».

... ET INNOVANTE

L'innovation est au cœur de l'action de l'Assurance retraite Île-de-France. Depuis plus de 20 ans, notre but est de faire émerger des services qui répondent aux différents besoins des retraités.

Notre soutien à l'innovation vise à :

- ◇ repérer les projets et les accompagner ;
- ◇ vérifier l'adéquation avec les besoins des retraités ;
- ◇ soutenir la filière de la silver économie ;
- ◇ agir sur tous les déterminants du vieillissement.

L'objectif premier étant de toucher le plus de bénéficiaires possibles et de favoriser le bien-vieillir via le déploiement de projets divers.

Ainsi, nous soutenons activement des projets innovants en faveur du bien-vieillir des retraités, via le lancement d'appels à projets, autour de thématiques comme le bien vivre sa retraite (lien social, habitat, cadre de vie et/ou mobilité) ou l'aide aux aidants et ce, depuis plus de 10 ans³.

Les thématiques couvertes doivent être complémentaires aux dispositifs déjà existants et aux partenariats développés par l'Assurance retraite dans le cadre de ses dialogues de gestion. Les solutions innovantes peuvent être un dispositif, une technique, un service, etc.

Notre soutien se porte sur des projets en phase de lancement ou d'expérimentation, pour une durée de 12 mois, renouvelable une fois maximum.

Nous développons également des partenariats privilégiés pour accompagner les projets soutenus.

À SAVOIR

Les projets proposés par des start-up, des associations ou toutes autres structures publiques et privées peuvent être soutenus et financés. En parallèle et de façon complémentaire, l'Assurance retraite a lancé le dispositif national VIVA Lab. Celui-ci propose aux projets sélectionnés la mobilisation de prestataires disposant de compétences techniques nécessaires (marketing, stratégiques, juridiques, opérationnelles) pour répondre aux enjeux identifiés pour le développement du projet dans le cadre d'un plan d'accompagnement. Nous contribuons à ce dispositif grâce aux repérages des projets identifiés en Île-de-France.

3. En 2020 et pour la 1^{re} fois, l'appel à projets phare de l'Assurance retraite Île-de-France « Bien vivre sa retraite, le plus longtemps en toute autonomie » a été lancé conjointement avec l'AG2R LA MONDIALE.

SILVER ÉCONOMIE : NOS PARTENAIRES

L'Assurance retraite Île-de-France enrichit ses partenariats autour de l'innovation depuis 2018, en s'entourant notamment d'acteurs clés de la silver économie. L'objectif ? Construire un véritable parcours d'accompagnement pour les porteurs de projets.

NOTRE PARCOURS D'ACCOMPAGNEMENT

L'Assurance retraite Île-de-France, partenaire historique de Silver Valley depuis sa création en 2013, s'est rapprochée de différents acteurs clés de la silver économie. Cette démarche s'inscrit dans la volonté de favoriser la mise en réseau et la co-construction des projets soutenus.

Ces partenariats permettent de collaborer et de mettre en commun les expertises de chaque réseau en faveur de l'innovation et de la longévité.

Le parcours d'accompagnement s'appuie sur la mise en relation des porteurs de projets avec les différents partenaires.

Concrètement, ce parcours peut intervenir à trois phases du projet.

Phase 1 : accompagnement à l'émergence du projet à travers le programme Décoll'âges soutenu en partenariat avec makesense.

Phase 2 : test de la solution auprès des bénéficiaires, solution challengée auprès d'experts avec Silver Valley et l'accélérateur 21 de la Croix-Rouge Innovation.

Phase 3 : accès aux territoires de développement, accompagnement au déploiement, à la viabilité du projet avec France Active Île-de-France. Ce partenaire accompagne les projets sur les questions économiques et financières, et la Banque des Territoires Île-de-France peut intervenir même après la période de conventionnement avec l'Assurance retraite Île-de-France.

À SAVOIR

Ces trois phases interviennent avant, pendant et après la période de conventionnement avec l'Assurance retraite Île-de-France.

NOS PARTENAIRES ET VOS PROJETS

Le parcours d'accompagnement implique de nombreux partenaires de la silver économie : Silver Valley, France Active Île-de-France, Croix-Rouge Innovation, Banque des Territoires Île-de-France et makesense.

Silver Valley

Silver Valley rassemble 300 acteurs de la silver économie et favorise le développement de nouvelles solutions pour les seniors. Sa mission est d'accompagner les entreprises innovantes dans leur développement et d'accélérer la mise sur le marché de solutions innovantes pour favoriser le bien-vieillir. Le partenariat entre Silver Valley et l'Assurance retraite Île-de-France s'articule autour de trois axes : associer activement les assurés et les encourager à être acteurs de leur retraite ; soutenir et accompagner le développement de produits et/ou services en faveur de la longévité ; développer l'information des bénéficiaires.

[En savoir plus sur silvervalley.fr.](#)

France Active Île-de-France

France Active Île-de-France accompagne des entrepreneurs à la création d'entreprise en leur apportant conseils, financement, et en les connectant à un large réseau de partenaires.

La nature du partenariat s'articule autour de 4 axes : informer les porteurs de projets sur les questions économiques et financières ; partager l'expertise de France Active et de l'Assurance retraite Île-de-France dans le cadre des appels à projets ; proposer aux porteurs de projets les dispositifs d'accompagnement de France Active en fonds propres dans un projet ; s'investir conjointement dans le dispositif VIVA Lab.

[En savoir plus sur franceactive.org.](#)

Croix-Rouge Innovation (CR21)

CR 21 est le laboratoire et l'accélérateur d'innovation sociale mis en place par la Croix-Rouge française. Le partenariat entre l'Assurance retraite Île-de-France et la Croix-Rouge Innovation repose sur trois axes : le développement d'une expertise réciproque sur l'innovation ; le soutien de projets innovants ; et une communication conjointe en faveur du bien-vieillir et de la prévention.

[En savoir plus sur 21-croix-rouge.fr.](#)

Banque des Territoires Île-de-France

La Banque des Territoires Île-de-France accompagne la réalisation des projets de développement des acteurs publics territoriaux via son intervention en qualité de prêteur et d'investisseur avisé.

Le partenariat entre la Banque des Territoires Île-de-France et l'Assurance retraite Île-de-France se définit en deux missions : l'innovation et l'adaptation de l'habitat en accompagnant les bailleurs sociaux dans leurs projets d'adaptation de l'habitat aux personnes en perte d'autonomie.

[En savoir plus sur banquedesterritoires.fr.](#)

makesense

makesense est un écosystème international réunissant des citoyens bénévoles et engagés, des entrepreneurs sociaux et des organisations innovantes qui agissent ensemble et contribuent à faire émerger des projets fondés sur un principe de solidarité et d'utilité sociale. Le partenariat s'articule autour de deux axes principaux : le déploiement et l'animation de la communauté Décoll'âges, et le sourcing et l'accompagnement des entrepreneurs qui proposent des solutions pour le bien-vieillir.

[En savoir plus sur makesense.org](#)
[et decollages.makesense.org.](#)

Zoom sur

16 PROJETS INNOVANTS

L'Assurance retraite Île-de-France soutient de nombreux projets innovants chaque année. En 2019 et 2020, ce ne sont pas moins de 61 projets qui ont été retenus et accompagnés. Nous vous présentons ici 16 d'entre eux.

CES PROJETS SONT CLASSÉS EN QUATRE THÉMATIQUES ESSENTIELLES DU BIEN VIVRE SA RETRAITE

- 1 Garder le contact
- 2 Rester actif à la retraite
- 3 Être bien chez soi et dans son quartier
- 4 Prendre soin de soi et de ses proches

Garder le contact → p. 11

- Entoureo → p. 12
- Vieillir & Vivre bien → p. 13
- 2 minutes ensemble !® → p. 14
- Lumeen → p. 15

Rester actif à la retraite → p. 16

- Saparman → p. 17
- Neosilver → p. 18
- Rêves de seniors → p. 19
- Astérya → p. 20
- Malle d'Aventure → p. 21

Être bien chez soi et dans son quartier → p. 24

- Réaménages → p. 25
- Conciergerie solidaire senior → p. 26
- Bricobus seniors → p. 27

Prendre soin de soi et de ses proches → p. 28

- AIDA → p. 29
- Caravane Tous Aidants → p. 30
- Plateforme Prev&Care → p. 31

GARDER LE CONTACT

Recevoir des visites, aller à la rencontre de nouvelles personnes : le développement du lien social est un élément essentiel au bien-vieillir, et ses bienfaits pour l'autonomie sont nombreux : mobilité, sentiment d'utilité, stimulation et ouverture aux autres, etc.

L'étude¹ réalisée par l'association Les Petits Frères des Pauvres révèle qu'en France, 4,6 millions de personnes de 60 ans et plus ressentent de la solitude et 3,2 millions de personnes âgées sont en risque d'isolement relationnel, et peuvent ainsi passer des journées entières sans aucun contact.

Face à une réalité d'isolement ressenti, de liens sociaux distendus voire rares pour beaucoup de retraités, de nombreux acteurs se mobilisent pour permettre à ces personnes âgées isolées de mener une vie sociale plus épanouie.

1. Étude « Isolement et territoires des personnes âgées : enseignements et préconisations », Les Petits Frères des Pauvres, 2019.

ENTOURÉO

Thomas et Kevin ont créé Entoureo, une solution permettant de renforcer les liens intergénérationnels et de valoriser les histoires des aînés.

LE PROJET EN QUELQUES MOTS

Entoureo fournit aux familles des guides d'entretiens et du matériel d'enregistrement. L'objectif : leur permettre de discuter avec leur proche de leur histoire de vie et d'enregistrer leur témoignage. La plateforme retranscrit les échanges, et propose ensuite aux familles d'ajouter des photographies afin de mettre en page et d'imprimer le livre. Plusieurs centaines de livres ont été initiés et des heures d'entretiens ont déjà eu lieu.

LES EFFETS POSITIFS POUR LES BÉNÉFICIAIRES

Les retours des utilisateurs et bénéficiaires sont excellents. Les échanges suscités par le livre permettent aux retraités de passer du temps privilégié et de qualité avec leurs proches et ainsi, renforcer le lien intergénérationnel.

L'expérience Entoureo permet également aux seniors de se sentir valorisés en racontant leur histoire de vie et en leur offrant la possibilité de transmettre leur expérience aux générations futures.

© Entoureo



LE SOUTIEN DE L'ASSURANCE RETRAITE ÎLE-DE-FRANCE

Grâce à l'Assurance retraite Île-de-France, Entoureo a pu financer les premiers tests et faire connaître son projet en gagnant en visibilité et en crédibilité auprès de partenaires divers. Entoureo a également pu acquérir le matériel nécessaire à la réalisation du projet (micros, etc.). Via le parcours d'accompagnement de l'Assurance retraite Île-de-France, Entoureo a été accompagné par Silver Valley dans le déploiement de son projet.

ET DEMAIN ?

La prochaine étape est de passer à l'échelle supérieure et de continuer à améliorer l'expérience des familles ! Lauréat de la Bourse Charles Foix, de nouveaux partenariats pourraient naître de cette reconnaissance au sein de la silver économie.



Entoureo m'a permis de passer des heures de discussion avec ma petite-fille, et de lui raconter mes histoires. J'ai pu notamment lui partager mes histoires d'enfance et comment j'ai rencontré son grand-père. C'est un peu devenu un rituel pour nous, l'expérience nous a beaucoup rapprochées !

Une utilisatrice de la solution Entoureo.

entoureo

Les contacter
contact@entoureo.fr
01 84 60 20 80

VIEILLIR & VIVRE BIEN

Les Audacieux, association dont l'objet principal est le maintien du lien social et la prévention de la perte d'autonomie, a mis en place à travers le programme **Veillir & Vivre bien**, une série d'ateliers autour du bien-vieillir.

LE PROJET EN QUELQUES MOTS

Les ateliers abordent plusieurs thématiques de la vie quotidienne et visent à transmettre les clés pour mieux vivre sa retraite. La sophrologie, l'alimentation ou encore la lutte contre les discriminations et l'isolement ont été inscrits au programme. Cinq ateliers mensuels initiés en 2019 ont été animés par un professionnel expert du sujet abordé ! L'atelier « Lutte contre les discriminations » fait, par exemple, intervenir l'association SOS Homophobie, un avocat et la Délégation interministérielle à la lutte contre le racisme et l'antisémitisme (Dilchra). À l'issue de chaque atelier, les participants complètent une fiche d'évaluation, et un support pédagogique rédigé par l'intervenant est transmis au bénéficiaire, puis diffusé sur le site internet.

LES EFFETS POSITIFS POUR LES BÉNÉFICIAIRES

Les ateliers permettent aux seniors de maintenir et de créer du lien social en favorisant la rencontre lors des séances. Ils contribuent également à l'amélioration de la qualité de vie des seniors en promouvant une image positive du vieillissement et en leur donnant des clés pour leur vie quotidienne.

© Les Audacieuses et Les Audacieux



LE SOUTIEN DE L'ASSURANCE RETRAITE ÎLE-DE-FRANCE

Le soutien a permis de financer des intervenants experts et professionnels de chaque thématique, de louer les salles, et de créer la charte graphique du programme.

ET DEMAIN ?

Les Audacieux renouvellent les thématiques abordées pour 2020 et se sont rapprochés du Prif pour proposer la mise en place d'un atelier autour de la pratique sportive.

LES AUDACIEUSES
& LES AUDACIEUX

Les contacter
Stéphane Sauvé
stsauve@rainbold.fr
Didier Méric
didier.meric@rainbold.fr

2 MINUTES ENSEMBLE!®

Le concept « Prendre le temps d'être heureux », déployé par 7C+, développe des outils simples et concrets d'intelligence émotionnelle basés sur les principes de la psychologie positive. Ceux-ci contribuent au mieux vivre ensemble, favorisent la communication et créent du lien humain au quotidien. Focus sur le jeu « 2 minutes ensemble!® ».

LE PROJET EN QUELQUES MOTS

Ce jeu s'adresse à toute personne en lien avec un senior. Composé de 52 cartes, il s'agit d'un support innovant, pour tous, simple et ludique ! Il permet de favoriser en 2 minutes un échange bienveillant autour d'une question accessible et personnelle.

Cet outil rencontre un vif succès : déjà 50 000 jeux ont été vendus et distribués, et le projet est plébiscité par les utilisateurs et approuvé par de nombreux professionnels. Il a également remporté plusieurs prix dont la Bourse Charles Foix en 2018, le Prix du public et des internautes, et a été finaliste de la catégorie intergénérationnelle à la Silver Night en 2018.

LES EFFETS POSITIFS POUR LES BÉNÉFICIAIRES

Cette expérience favorisant les interactions sociales est bénéfique pour les seniors qui peuvent profiter d'un moment d'évasion mais également pour les aidants professionnels et familiaux en allégeant leur quotidien stressant. Ce projet favorise un temps d'échange de qualité tourné autour de l'optimisme et de la sérénité.

LE SOUTIEN DE L'ASSURANCE RETRAITE ÎLE-DE-FRANCE

En plus d'accélérer la concrétisation du projet et d'offrir des opportunités de mise en réseau au sein de la silver économie, le financement de l'Assurance retraite Île-de-France permet la conduite d'une étude ayant pour vocation d'analyser les effets du jeu sur le bien-être immédiat de personnes habitant en résidence autonomie.

ET DEMAIN ?

L'objectif est de proposer le jeu « 2 minutes ensemble!® » à un maximum de personnes via les résidences seniors et les associations, et de multiplier la création de jeux personnalisés pour des marques.



Tous mes intervenants utilisent « 2 minutes ensemble!® » C'est un excellent moyen pour eux de démarrer la relation, d'accorder de l'attention sans enjeu »

Béatrice, gérante de service d'aide à domicile.



Notre établissement propose aux patients, notamment isolés, des ateliers avec 2 minutes ensemble!® ! Cela leur permet d'exercer leur mémoire »

Sabine, directrice de clinique.

2minutes...
ensemble!

Les contacter
Raphaëlle de Foucauld
raphaelle@jeux2minutes.com
06 08 18 20 69

LUMEEEN

Le projet Lumeen, lancé en 2019, est un outil d'animation et de divertissement basé sur la réalité virtuelle qui offre bien-être et évasion aux seniors vivant en lieux de vie collectifs et qui présente également un fort potentiel thérapeutique.

LE PROJET EN QUELQUES MOTS

Lumeen utilise la réalité virtuelle pour améliorer le quotidien des personnes âgées et vivant en résidence autonomie. Grâce à cet outil, le personnel soignant des résidences autonomie, des cliniques gériatriques et des services de soins infirmiers à domicile (SSIAD) peuvent facilement utiliser la réalité virtuelle pour stimuler les fonctions cognitives des personnes âgées et agir comme thérapie non médicamenteuse contre la dépression, l'anxiété et l'apathie.

La solution Lumeen propose différents programmes adaptés à des publics divers autour d'exercices de simulation des fonctions cognitives ou d'évasions de groupes (voyages, natures, visites de musées, etc.). C'est une solution clé en main qui intègre tout le matériel informatique nécessaire (tablette, casque numérique, logiciel, formation, etc.).

La solution Lumeen est prête à être commercialisée et plus de 50 établissements en sont déjà équipés au niveau national.

LES EFFETS POSITIFS POUR LES BÉNÉFICIAIRES

Ce projet permet à la fois aux seniors de s'évader le temps d'un atelier, mais aussi de réduire leurs angoisses. Le potentiel d'échanges qui découle de cette expérience innovante permet de créer ou de maintenir le lien social.

© Lumeen



LE SOUTIEN DE L'ASSURANCE RETRAITE ÎLE-DE-FRANCE

Le soutien a permis de co-financer une première expérimentation d'envergure auprès de 12 résidences autonomie du groupe Arpavie.

ET DEMAIN ?

L'équipe travaille au renforcement de l'outil en y ajoutant de nouveaux modules thérapeutiques. Des partenariats scientifiques et stratégiques ont été noués avec les Hospices Civils de Lyon et les Hôpitaux de Paris. En 2020, trois études cliniques sont prévues. Le déploiement à plus grande échelle est lancé.

**Lumeen**

Les contacter
Corentin Metgy
corentin@lumeen.com
lumeen.com

RESTER ACTIF À LA RETRAITE

L'arrêt de la vie professionnelle peut s'avérer complexe et est reconnue comme une transition importante à préparer et à accompagner. Celle-ci peut générer une perte du sentiment d'utilité et du lien social, voire une diminution des centres d'intérêts de la personne.

Rester actif à la retraite permet de prévenir le vieillissement et ainsi, de lutter contre la perte d'autonomie et l'isolement des seniors. La multiplication des activités, qu'elles soient culturelles ou physiques et l'interactivité, sont le meilleur moyen pour les seniors d'entretenir leur corps, leur cerveau, leur moral et donc de préserver leur forme physique et mentale.

Face à ce constat, de nombreux acteurs se mobilisent pour permettre aux personnes âgées de trouver l'activité à la retraite qui leur correspond et ainsi de contribuer à la prévention de la perte d'autonomie.

SAPARMAN

Saparman est un programme de prévention des chutes, complet, original, ludique et élaboré avec des professionnels de santé autour des arts-martiaux. L'objectif : lutter contre l'isolement et la sédentarité des seniors et maintenir leur autonomie le plus longtemps possible.

LE PROJET EN QUELQUES MOTS

Le programme complet de 40 séances est proposé au sein de résidences autonomie et des collectivités territoriales. Il est composé de 4 modules complémentaires alliant anticipation, équilibre, souplesse, force et coordination. Il mêle entre autres des exercices de judo et de self défense. Les ateliers d'apprentissage et la chute éventuelle permettent de délivrer des techniques pour démystifier le passage au sol de façon progressive et ludique. Ils visent à redonner confiance aux personnes ayant été hospitalisées à la suite d'une chute par exemple. Des bilans initiaux et finaux sont réalisés pour mesurer la progression et les axes d'amélioration des participants. Le projet a débuté en janvier 2020 en Île-de-France.



Le fait d'être en kimono sur des tatamis et de participer à un véritable cours de judo permet de m'évader le temps d'une heure tous les mardis. »

Louise, 84 ans.

LES EFFETS POSITIFS POUR LES BÉNÉFICIAIRES

Ces ateliers collectifs apprennent aux seniors à prévenir la chute dans sa globalité. Ces exercices conviviaux en groupe permettent de lutter efficacement contre l'isolement et la sédentarité des seniors. Enfin, les ateliers réduisent les traumatismes physiques et psychologiques dont peuvent être victimes les seniors à la suite d'une chute. Les seniors n'ont pas l'impression de participer à un atelier de prévention mais à un véritable cours d'arts martiaux.

LE SOUTIEN DE L'ASSURANCE RETRAITE ÎLE-DE-FRANCE

La subvention accordée vise à permettre à Saparman de proposer un programme accessible pour les collectivités et résidences autonomie et d'étudier les effets pour favoriser l'attractivité des modules.



Opérée d'une prothèse de genou il y a 10 ans, je ne pensais plus être capable de réaliser des exercices au sol, mais le fait d'être en groupe et de s'encourager m'a redonné confiance. »

Monique, 76 ans.



SAPARMAN

Les contacter
contact@saparman.com
09 75 44 04 29

NEOSILVER

Neosilver est une plateforme internet qui accompagne les seniors dans leur désir d'activités collectives. Celle-ci a pour but de lutter contre l'isolement et renforcer l'autonomie.

LE PROJET EN QUELQUES MOTS

Cette plateforme, en ligne depuis octobre 2019, permet aux seniors autonomes de trouver et de réserver des activités collectives, culturelles et sportives, proches de chez eux. Basée sur la découverte d'activités originales, la plateforme met en relation les « Neos » et les professionnels qui proposent les activités pour les organiser en groupe, à tout moment de la journée et à tarifs préférentiels.

Neosilver développe une communauté d'utilisateurs grâce à différents canaux de communication pour toucher les retraités actifs. L'équipe réalise également des focus groupes dans le cadre de sa démarche d'évaluation.

Neosilver a lancé une offre inédite d'activités en ligne fin mars 2020, qui rencontre un franc succès.

LES EFFETS POSITIFS POUR LES BÉNÉFICIAIRES

La plateforme facilite la possibilité pour les seniors de pratiquer des activités de leur choix, en format découverte ou dans la durée. Cela leur permet de rencontrer d'autres personnes et de nouer des liens sociaux lors des ateliers collectifs ainsi que de se maintenir en forme.

LE SOUTIEN DE L'ASSURANCE RETRAITE ÎLE-DE-FRANCE

Neosilver a pu s'équiper, renforcer son équipe et développer la plateforme internet qui est aujourd'hui fonctionnelle.

Grâce à l'Assurance retraite Île-de-France, Neosilver a pu participer à différents événements qui lui ont permis de gagner en notoriété et d'échanger avec son public cible.

ET DEMAIN ?

Neosilver souhaite étendre son offre en multipliant les partenariats et en développant de nouvelles fonctionnalités sur la plateforme. Parmi les nouveautés à venir : un calendrier automatisé et un système de messagerie interne entre les animateurs et les « Neos ».



Aujourd'hui j'ai dessiné un squelette de dinosaure au Jardin des Plantes avec Antoine (i.e. professionnel), c'était difficile, une belle découverte ce Musée de paléontologie et surtout c'est la première fois que je dessine sous le regard des visiteurs, c'est quelque chose que je n'aurais jamais fait seule. »

Marie-Christine, utilisatrice retraitée.

NEOSILVER

Les contacter
jean@neosilver.fr
06 99 75 77 65

RÊVES DE SENIORS

Rêves de seniors, porté par Silver Alliance, ambitionne de changer le regard et l'image du vieillissement en repérant des ambassadeurs du bien-vieillir au sein des retraités de l'Assurance retraite Île-de-France.

LE PROJET EN QUELQUES MOTS

Rêves de seniors permet à des retraités de réaliser leur rêve et de devenir, par la suite, des ambassadeurs du bien-vieillir auprès du grand public.

Pour sélectionner les rêves, Silver Alliance a mis en place un comité. Celui-ci est composé de 7 seniors âgés de 55 à 101 ans. Ce sont des personnalités, femmes et hommes confondus, qui œuvrent au quotidien pour faire du vieillissement une opportunité et non une menace.

Le concept a déjà été testé auprès d'une centaine de seniors rencontrés sur des salons et plusieurs rêves ont d'ores et déjà été réalisés : rencontrer Thomas Pesquet ou Michel Drucker, monter une équipe de football et bien d'autres.

LES EFFETS POSITIFS POUR LES BÉNÉFICIAIRES

Pour les retraités, le projet Rêves de seniors favorise l'affirmation de soi et prouve qu'il est possible de bien vieillir et de réaliser ses rêves à tout âge. Celui-ci permet également de mettre en avant, via les ambassadeurs qui auront participé, les effets positifs directs et indirects de la concrétisation de leur rêve.

© Shutterstock



LE SOUTIEN DE L'ASSURANCE RETRAITE ÎLE-DE-FRANCE

L'Assurance retraite Île-de-France a permis de financer le développement du dispositif dans sa phase de déploiement et d'impact sociétal.

Par ce soutien, l'Assurance retraite Île-de-France traduit la rencontre entre plaisir et prévention à tout âge.

ET DEMAIN ?

revesdeseniors.fr a été lancé en juin pour toucher le plus grand nombre de retraités à travers la médiatisation de l'opération online. L'objectif est désormais de réaliser une dizaine de rêves supplémentaires d'ici à la fin de l'année 2020.

Silver Alliance souhaite également réaliser une étude, à l'aide d'une psychologue spécialiste du vieillissement, pour mesurer l'impact et les effets psychologiques que la réalisation d'un rêve peut produire chez le senior.



Les contacter
Benjamin Zimmer
benjamin.zimmer@silveralliance.fr
06 86 80 16 72

ASTÉRYA

Astérya accompagne les personnes qui souhaitent s'engager dans une association ou un collectif, mais qui ne savent pas comment. Depuis 2019, l'association a mis en place un projet d'accompagnement des personnes retraitées vers l'engagement citoyen.

LE PROJET EN QUELQUES MOTS

Astérya met en place des actions pour que l'envie d'agir des retraités puisse trouver un écho dans une association, un collectif, une initiative de quartier, etc. L'objectif : contribuer au développement d'une société plus solidaire, plus écologique et plus démocratique où les seniors sont parties prenantes.

Des ateliers collectifs sont organisés tous les mois, des « Cafés Envie d'agir », ainsi que des permanences toutes les semaines. Des parcours d'accompagnement individuels sont mis en place en complément pour aider les seniors dans leur recherche d'engagement.

LES EFFETS POSITIFS POUR LES BÉNÉFICIAIRES

En lui permettant de s'engager pour des actions solidaires et écologiques, le senior se sent investi, engagé, en contact et cela constitue un élément clé du maintien du lien social.

Ce projet offre aux retraités l'opportunité de (re)trouver un cadre, un rythme, des valeurs qu'ils partagent et procure un sentiment d'utilité qui peut avoir disparu depuis qu'ils ne travaillent plus.

LE SOUTIEN DE L'ASSURANCE RETRAITE ÎLE-DE-FRANCE

La subvention accordée a permis à l'association Astérya de développer des actions concrètes afin de favoriser l'implication dans la vie citoyenne locale des personnes retraitées, de peaufiner ses outils, de former des personnes à l'accompagnement spécifique des seniors. L'association Astérya est désormais identifiée comme actrice du bien-vieillir.

ET DEMAIN ?

Astérya souhaite ancrer et faire perdurer les différentes actions déjà menées : les ateliers mensuels, les permanences dans leurs locaux, les événements « Cafés Envie d'agir ». L'association, de plus en plus sollicitée par des personnes souhaitant être accompagnées individuellement dans leur recherche d'engagement, a pour ambition de toucher encore plus de seniors en les aidant à trouver l'organisation citoyenne qui répond à leurs envies.



Les contacter
agir@asterya.eu
33 rue du Nord, 75018 Paris
07 69 69 66 71

MALLE D'AVENTURE

Malle d'Aventure est une « box » d'inspirations culturelles et d'activités qui invite à la découverte et qui permet d'accompagner au mieux le passage à la retraite et de maintenir le lien social des seniors.

LE PROJET EN QUELQUES MOTS

L'objectif de cette offre est d'impulser un élan à ses abonnés retraités pour qu'ils cultivent leurs connaissances, leur forme et leur réseau en étant actifs, et ce, tout en prenant du plaisir. Cette box propose des découvertes à travers une personnalité historique (par exemple : Robert Louis Stevenson, Olympe de Gouge). Elle permet de découvrir l'univers de cette personnalité dans un livret thématique, un itinéraire valorisant le patrimoine, mais également avec des recettes, des activités illustrées, des recommandations bien-être et des initiatives solidaires.

LES EFFETS POSITIFS POUR LES BÉNÉFICIAIRES

Ce projet permet au retraité de mieux vivre le passage à la retraite, car il s'appuie sur trois facteurs clés pour le bien-être : la stimulation intellectuelle, l'activité et le lien social. De plus, les retraités sont impliqués dans la création des nouvelles box, grâce à leurs retours et leurs idées, qu'ils partagent et échangent au sein de la communauté.

LE SOUTIEN DE L'ASSURANCE RETRAITE ÎLE-DE-FRANCE

La subvention de l'Assurance retraite Île-de-France vise à finaliser la construction des premières box : graphisme, rédaction de la partie bien-être et du livret principal et d'accompagner le développement de la communauté d'abonnés.

ET DEMAIN ?

Le lancement officiel de la box est prévu dans le courant du 2nd semestre 2020. Mais ce n'est pas tout : Malle d'Aventure a partagé chaque jour sur les réseaux sociaux des recommandations culturelles et bien-être, des idées manuelles, des initiatives solidaires et cela leur a permis de tripler leur communauté. Il a donc été décidé de conserver également un format électronique : la « malle virtuelle » est envoyée chaque semaine aux abonnés.



J'aime beaucoup vos idées !
Je me réabonnerai et je vous recommande à mes amis. >>

Isabelle, première cliente et plus grande ambassadrice de Malle d'Aventure.



Les contacter
laure@malledaventure.com
06 95 51 86 24

EN ACTION AVEC LE PRIF

Créé en 2011 par les trois principales caisses de retraite dont l'Assurance retraite Île-de-France¹, Prévention retraite Île-de-France (Prif) est un groupement dont la mission première est d'aider les retraités à bien vivre leur retraite.

LE PARCOURS PRÉVENTION

L'action du Prif repose sur la création, la coordination, le développement et le financement d'actions de prévention à destination des retraités autonomes d'Île-de-France (soit près de 2 millions de personnes) dès le passage à la retraite, dans une perspective d'un vieillissement actif et en bonne santé.

Le Prif propose un Parcours prévention destiné à tous les retraités et pris en charge quel que soit le régime de retraite. L'objectif : offrir les clés pour rester en forme à tout âge.

Ce Parcours participatif est composé de 10 ateliers de 4 à 12 séances collectives, et traite des principales thématiques du bien-vieillir : santé, forme, alimentation, mémoire, activité physique, informatique et habitat.

Pour animer et réaliser ces ateliers, le Prif collabore avec 24 acteurs professionnels experts des thématiques envisagées. Chaque atelier est proposé par groupes de 12 à 15 personnes sur un territoire d'Île-de-France et permet d'acquérir de bons réflexes de santé, de gagner en confiance, d'améliorer la vie au quotidien et de favoriser la création et le maintien du lien social.

Le Parcours prévention s'inscrit dans une démarche d'évaluation et d'amélioration continue reconnue. Les ateliers font l'objet d'un questionnaire d'évaluation systématique lors de la première et dernière séance et une évaluation a posteriori de l'atelier peut également être réalisée.

En complément, le Prif organise des études et mesures d'impacts ciblées.

À SAVOIR

Découvrez les ateliers disponibles sur la carte interactive de pourbienvieillir.fr et sur prif.fr.



LE PRIF, UN ACTEUR INNOVANT

L'ingénierie du Prif lui assure une capacité d'adaptation et d'innovation continue.

Reconnu par les acteurs professionnels et experts en santé publique, il bénéficie également du soutien des huit conférences des financeurs franciliennes².

Le Prif innove sans cesse dans le champ de la prévention et son offre s'enrichit : en 2020 deux nouveaux ateliers ont vu le jour, l'un dédié à l'usage du numérique via la mise en place de l'atelier « Bien sur Internet », et l'autre à l'arrivée en résidence autonomie avec l'atelier

« Bienvenue dans ma résidence ».

Cette évolution s'inscrit dans la volonté permanente de l'organisme d'adapter son offre aux besoins des retraités franciliens.

Par ailleurs, le Prif collabore étroitement avec des opérateurs professionnels et dispose de nombreux partenaires. Il est à l'initiative d'études visant à mesurer l'impact et les effets positifs de ses actions sur la santé au sens global. Il mène actuellement l'étude Emap (Équilibre en mouvement, muscle, activité physique), en partenariat avec le Gêrond'If, dont l'objet est d'évaluer l'efficacité des ateliers « L'Équilibre en mouvement ».

Le Prif contribue et soutient également le projet Solid'Âge lancé par Gêrond'If en 2019. Il s'agit d'une initiative intergénérationnelle en faveur de l'autonomie et d'une meilleure inclusion des personnes âgées dans la société visant à créer des supports dédiés pour faire évoluer la communication autour de la prévention et de la longévité.

À SAVOIR

Vous voulez en savoir plus sur le Prif ?
Rendez-vous sur prif.fr ou envoyez un message à contact.prif@prif.fr.

1. L'Assurance retraite Île-de-France, la Mutualité sociale agricole Île-de-France et la Sécurité sociale des indépendants, intégrée à l'Assurance retraite Île-de-France depuis le 1^{er} janvier 2020.
2. Les conférences des financeurs de la prévention et de la perte d'autonomie des personnes âgées sont l'un des dispositifs phares de la loi d'orientation et de programmation pour l'adaptation de la société au vieillissement du 28 décembre 2015. Ces espaces de coordination et de concertation visent à développer une politique de prévention et de préservation de l'autonomie des personnes âgées de plus de 60 ans.

ÊTRE BIEN CHEZ SOI ET DANS SON QUARTIER

Être bien chez soi est l'un des grands enjeux de la loi relative à l'adaptation de la société au vieillissement : 80 % des retraités veulent vieillir chez eux, là où ils ont leurs repères, leurs souvenirs, mais aussi leur intimité et leur liberté.

Aménager le logement et proposer un cadre de vie adapté à la situation de chacun est la priorité des acteurs du champ gérontologique.

De nombreuses réponses existent et les initiatives innovantes présentées ici témoignent de la variété des pistes à explorer dans les années à venir.

RÉAMÉNAGES

Le projet Réaménages, porté par Les Bolders, permet aux seniors d'anticiper un aménagement ergonomique et favorise le maintien à domicile en sécurité, aussi longtemps que possible.

LE PROJET EN QUELQUES MOTS

Réaménages est un kit d'auto-évaluation ludique du logement, coconstruit avec les seniors et les professionnels de l'habitat. Celui-ci est disponible à la fois sous forme papier et numérique, et offre un diagnostic immédiatement lisible, assurant une prise de conscience facilitée. Le dispositif a été conçu pour simplifier le passage à la consultation d'un professionnel et obtenir un premier niveau d'information sur l'état (et les risques) actuel de l'habitat, tout en esquissant des solutions concrètes d'aménagement du domicile, en vue de l'adapter, et cela sans utiliser un vocabulaire stigmatisant évoquant la dépendance.

LES EFFETS POSITIFS POUR LES BÉNÉFICIAIRES

Ce kit permet aux seniors d'être initiés à la culture de l'autonomie au domicile, de mieux anticiper et d'engager la mise en œuvre d'actions et de solutions concrètes pour maintenir leur autonomie à domicile.

LE SOUTIEN DE L'ASSURANCE RETRAITE ÎLE-DE-FRANCE

Le soutien vise à permettre à Les Bolders de finaliser la fabrication des supports techniques et technologiques, de contribuer au financement du passage à l'échelle de la solution papier et numérique, de donner de la visibilité à la solution au niveau local et national, et d'être mis en relation avec les autres acteurs de l'habitat et de l'autonomie.

ET DEMAIN ?

La fabrication des kits papiers et le développement de la solution digitale, leur expérimentation à grande échelle et la mise en relation avec les acteurs locaux constituent les prochaines étapes de ce projet.



Les contacter
Gaël Guilloux
g.guilloux@lesbolders.fr
06 74 64 56 92

CONCIERGERIE SOLIDAIRE SENIOR

L'association 13 Avenir, entreprise à but d'emploi créée pour mettre en œuvre l'expérimentation Territoires Zéro Chômeur de Longue Durée dans le sud-est du 13^e arrondissement de Paris, a mis en place une Conciergerie solidaire senior.

LE PROJET EN QUELQUES MOTS

Le projet Conciergerie solidaire senior est né du constat que de nombreux seniors sont isolés et en situation de grande fragilité dans les quartiers prioritaires où intervient 13 Avenir. La Conciergerie solidaire senior, développée au sein du Comptoir Patay – un lieu d'échange et de convivialité ouvert à tous – propose une solution de proximité complète et complémentaire aux services déjà existants. Moyennant un abonnement annuel de 55 euros, la Conciergerie offre aux seniors une gamme de services individuels et collectifs variés : un accompagnement individualisé ; un accès à des services de proximité ; un atelier autour des enjeux du bien vieillir ; une information complète sur les ressources autour du bien vieillir et du maintien au domicile, etc. Une programmation hebdomadaire variée d'activités collectives et de temps de convivialité vient en complémentarité.

LES EFFETS POSITIFS POUR LES BÉNÉFICIAIRES

Pour les bénéficiaires, ces services participent à réduire les risques de fragilisation sociale, d'isolement et de perte d'autonomie en favorisant le maintien à domicile. Le cadre de vie des seniors et la vie de leur quartier sont également améliorés. Ouvert depuis mars 2018, l'offre « senior » du Comptoir a déjà bénéficié à 110 personnes.

LE SOUTIEN DE L'ASSURANCE RETRAITE ÎLE-DE-FRANCE

13 Avenir a pu faire du Comptoir Patay un véritable espace de ressources autour du bien vieillir et du maintien à domicile et un lieu relais d'information pédagogique en matière de prévention.

13 Avenir a également diversifié les actions collectives et a mis en œuvre des actions de professionnalisation à destination des équipes afin de renforcer le niveau de vigilance sur les situations sociales existantes.



(La Conciergerie) a favorisé la rencontre de personnes qui ne se connaissaient pas. Ça nous aide au quotidien pour différentes choses difficiles ou impossibles à faire seuls. »

Un utilisateur de la Conciergerie solidaire senior.



Les contacter
comptoir-patay@13avenir.fr
contact@13avenir.fr

BRICOBUS SENIORS

L'association les Compagnons Bâisseurs lutte contre les situations de mal-logement en Île-de-France depuis 2012. Dans le cadre de cette mission, elle a voulu apporter son aide à un public âgé et a mis en place le projet Bricobus seniors.

LE PROJET EN QUELQUES MOTS

En partenariat avec le bailleur Paris Habitat, le projet Bricobus seniors permet de réaliser des travaux solidaires, à charge locative, chez les locataires de plus de 65 ans afin d'améliorer leur cadre de vie.

Le Bricobus se déplace et effectue des petits travaux qui changent le quotidien des seniors : changement d'une barre fixe, pose de barres d'appui, installation de plafonniers, réparation de meubles, etc.

Le Bricobus cible les seniors les plus isolés et vivant dans des situations de forte précarité. 211 interventions ont été réalisées depuis le début du projet lancé octobre 2019 et 23 personnes en situation sociale difficile ont pu être identifiées et orientées.

LES EFFETS POSITIFS POUR LES BÉNÉFICIAIRES

Les seniors, par le biais de rendez-vous et de dépannage pédagogique, sont réellement accompagnés par les compagnons bâtisseurs dans l'amélioration de leur logement.

L'association fait également office d'intermédiaire avec le bailleur lorsqu'il faut effectuer des travaux de réhabilitation, ce qui facilite la vie des seniors.

Les moments de convivialité, organisés à la fin de l'opération d'interventions, permettent aux locataires âgés et esseulés de se retrouver et de nouer des liens avec des associations locales et des voisins.

LE SOUTIEN DE L'ASSURANCE RETRAITE ÎLE-DE-FRANCE

La subvention leur permet de faire exister ce projet en maintenant les postes inhérents à ces actions mais aussi de financer les matériaux et le matériel nécessaires aux réparations pour qu'elles soient totalement gratuites.

ET DEMAIN ?

L'objectif est de déployer l'aide aux travaux dans d'autres arrondissements parisiens et au sein du parc social de Paris Habitat notamment dans le cadre du dialogue de gestion avec l'Assurance retraite Île-de-France.



La tringle à rideau est tombée et malgré deux interventions extérieures payantes, elle ne tient toujours pas. Mon dos est en morceau et je ne peux pas monter sur un escabeau alors l'équipe du Bricobus, c'est une bénédiction. »

Sarah.



Les contacter
cbiledefrance@compagnonsbatisseurs.eu
Les Compagnons Bâisseurs
3, rue de Paradis, 75010 Paris
01 77 14 82 60

PRENDRE SOIN DE SOI ET DE SES PROCHES

En France, ils seraient 4,3 millions à aider au quotidien une personne de 60 ans ou plus, dont plus d'un million à être eux-mêmes âgés d'au moins 60 ans. Pour les aidants, cette prise en charge n'a rien d'anodin.

En termes de temps consacré, de sacrifices professionnels ou financiers et bien sûr d'impact sur la santé et le moral, le fait d'être aidant est parfois lourd à porter.

Formations, réseaux de soutien, plateforme d'aide à l'accès aux droits... Aujourd'hui les projets se multiplient pour soutenir les aidants retraités.

AIDA

Osmose est un réseau de santé plurithématique ayant pour finalité de soutenir les patients, accompagner leurs aidants et relier les soignants. Le réseau Osmose a conçu une offre de service alternative et complémentaire aux actions déjà proposées aux aidants sur le territoire du sud des Hauts-de-Seine : le projet AIDA.

LE PROJET EN QUELQUES MOTS

Le projet AIDA est un programme psycho-éducatif d'accompagnement individualisé et ajusté aux besoins et aux problématiques des aidants. Ce programme, assuré par un psychologue et des professionnels, permet d'aller à la rencontre des aidants, à leur domicile, en individuel et de leur fournir un accompagnement personnalisé et un suivi pendant 1 an.

LES EFFETS POSITIFS POUR LES BÉNÉFICIAIRES

Cet accompagnement permet aux aidants de réagir et d'adopter les attitudes et comportements appropriés à la personne malade en fonction de ses besoins, de diminuer le stress, l'anxiété et la dépression liés à l'accompagnement, de se sentir valorisé dans son rôle, d'anticiper les changements de situation, et ainsi de mieux vivre avec la maladie de son proche.

LE SOUTIEN DE L'ASSURANCE RETRAITE ÎLE-DE-FRANCE

Une extension du programme AIDA à d'autres aidants que des aidants de malades d'Alzheimer ou pathologie apparentée sclérose en plaques, maladies de Charcot, de Parkinson, d'Huntington, a pu être mise en place.



Sans AIDA, je serai plus repliée sur moi-même. Cela m'a ouvert sur l'extérieur. Je ne serai pas allée chercher de l'aide, il fallait venir à moi. AIDA a été une révélation. >>

M^{me} F.



Les contacter
Stéphane Lévêque
sleveque@reseau-osmose.fr
01 46 30 18 14

CARAVANE TOUS AIDANTS

La Compagnie des Aidants, dont la mission est l'accompagnement et le soutien aux aidants, a mis en place le projet Caravane Tous Aidants.

LE PROJET EN QUELQUES MOTS

La Caravane Tous Aidants va au-devant des proches aidants afin de les orienter, de répondre à leurs questions et leurs besoins. Elle permet également de présenter aux aidants toutes les solutions disponibles adaptées à proximité de chez eux. Pendant 3 jours, la Caravane s'installe sur une place publique, un parking d'un hôpital ou d'un centre commercial. À l'intérieur, deux assistantes sociales locales et l'équipe de la Compagnie des Aidants sont présents pour accueillir le public. Cet événement a déjà été réalisé dans 10 grandes villes de France en 2019.

LES EFFETS POSITIFS POUR LES BÉNÉFICIAIRES

Ce projet apporte aux aidants un soutien sur le long terme en leur permettant de trouver des informations utiles et faciliter un meilleur accès aux droits, d'identifier les solutions disponibles et de bénéficier d'un soutien moral lorsqu'ils se sentent isolés dans leur rôle d'aidant.



© Claudie Kulak

LE SOUTIEN DE L'ASSURANCE RETRAITE ÎLE-DE-FRANCE

L'Assurance retraite Île-de-France a permis à la Caravane Tous Aidants de toucher les aidants retraités et les aidants de personnes âgées sur deux territoires en Île-de-France en 2019.

ET DEMAIN ?

À la suite de la tournée d'octobre 2019, un bilan d'étape et une étude d'impact ont permis de souligner l'effet positif de cette action sur les aidants. Ainsi, la caravane est repartie pour 18 étapes sur toute la France en 2020 !



Je suis ravie d'avoir pu venir à la Caravane Tous Aidants car j'ai pu parler à une professionnelle qui a su m'écouter, me conseiller. J'ai compris que je n'étais pas seule à m'occuper d'un mari âgé et malade. Je sais quoi faire maintenant et où aller. C'est très bien cette initiative. »

Catherine, 65 ans.



la compagnie des aidants

Les contacter
contact@lacompaniedesaidants.org
La Compagnie des Aidants
55 rue Molière, 94200 Ivry-sur-Seine

PLATEFORME PREV&CARE

Prev&Care est une plateforme de ressources et de soutien des aidants.

LE PROJET EN QUELQUES MOTS

Le projet consiste au développement d'une plateforme de prévention et de « Care Management » dédiée à l'accompagnement des aidants familiaux. Pour Prev&Care, contribuer efficacement au bien-vieillir repose sur une démarche de prévention proactive et ciblée auprès des aidants familiaux et de leurs proches fragilisés.

Prev&Care assiste les salariés et adhérents dans toutes les situations de perte d'autonomie d'un proche : évaluation, information personnalisée, recherche de prestataires, mise en place, coordination et suivi des prestations.

Concrètement, une fois inscrit sur la plateforme, l'adhérent contacte son « Care manager » dont la mission est d'évaluer ses besoins ou ceux de son proche. L'adhérent reçoit, sous 24 heures, son plan d'aide personnalisé et, si nécessaire, le « Care Manager » recherche les prestataires professionnels adaptés.

Le « Care Manager » organise ensuite la mise en place et la coordination des solutions et en assure le suivi.

Grâce à la mise en place de cette solution, Prev&Care a gagné le 1^{er} Prix Entreprises Salariés Aidants et a été lauréat de la SilverNight 2019 dans la catégorie Aide aux aidants.

LES EFFETS POSITIFS POUR LES BÉNÉFICIAIRES

Grâce à ce projet, l'adhérent aidant bénéficie d'un accompagnement dédié via un dispositif informatif et innovant. Cela permet également aux bénéficiaires de gagner du temps : 75 % des salariés aidants accompagnés par Prev&Care déclarent avoir gagné plus de cinq heures par semaine sur leur temps de travail !

LE SOUTIEN DE L'ASSURANCE RETRAITE ÎLE-DE-FRANCE

Prev&Care a pu développer le projet de manière plus rapide et bénéficier d'un regard expert de la part de professionnels du corps médico-social.

ET DEMAIN ?

Prev&Care travaille actuellement à l'intégration à sa plateforme d'un panel d'aidants et de care managers.

En 2020, une expérimentation vise à inclure des services Prev&Care dans les contrats collectifs de prévoyance ou de complémentaire santé.

prev&care

Les contacter
prevandcare.com

PORTEURS DE PROJETS, QUE SONT-ILS DEVENUS ?

La volonté de l'Assurance retraite Île-de-France est de soutenir les projets dans la durée. Le parcours d'accompagnement, créé en ce sens, permet aux projets lauréats de gagner en maturité et de s'implanter durablement dans l'écosystème du bien-vieillir.

KOCOYA

Kocoya a fait partie du réseau d'inclusion numérique 2018-2019 de l'Assurance retraite Île-de-France. Avec l'appui de WeTechCare, le réseau a permis un partage d'expériences avec les 20 autres lauréats du programme. Grâce à l'accompagnement de l'Assurance retraite Île-de-France, Kocoya a pu déployer son projet et renforcer son expertise dans l'inclusion numérique des seniors.

DESTINATION MULTIMÉDIA

Le dispositif Destination Multimédia s'est développé sur les communes du Vexin Val-de-Seine via l'ouverture de « cybercafés » dédiés aux seniors. Ces espaces permettent aux retraités de se rencontrer, d'échanger avec aidants et familles en présentiel et/ou à distance.

Destination Multimédia continue son déploiement sur le Vexin afin de toucher le plus grand nombre de seniors.

1. Delta 7 a également développé le Canal delta 7, une télévision en ligne proposant des émissions sur la thématique de l'autonomie.

DELTA 7

Delta 7¹, à l'initiative du Campus des seniors connectés soutenu dès son lancement par l'Assurance retraite Île-de-France, envisage d'intégrer deux nouveaux univers à l'offre existante qui a déjà fait ses preuves. « Près de chez vous » proposera une recherche des structures locales au sein d'un annuaire, avec l'ambition de faire connaître les initiatives locales et de favoriser l'engagement des seniors sur leur territoire. Et « Expertises nationales » regroupera des espaces dédiés à des partenaires disposant d'une expertise reconnue, dont le Prif, afin de faciliter le partage et la diffusion de leurs ressources.

À SAVOIR

À 6 mois du lancement, fin avril 2020, la plateforme « Campus des seniors connectés » avait déjà franchi la barre des 37 000 utilisateurs.

UNIVERSITÉ VIRTUELLE DU TEMPS DISPONIBLE

L'Université virtuelle du temps disponible propose des conférences quotidiennes en visioconférences interactives afin de favoriser le partage des connaissances, l'enrichissement intellectuel et la lutte contre l'isolement des seniors. Ces conférences culturelles permettent à la fois de maintenir des stimulations cognitives mais également, grâce aux informations et les émotions qu'elles procurent, de rompre la solitude culturelle. Ce projet a continué son déploiement en rendant son offre accessible

en Martinique et dans des territoires ruraux avec pour objectif final un maillage complet du territoire français.

PASSERELLE ASSIST'AIDANT

L'association Passerelle Assist'Aidant accompagne les aidants familiaux retraités en situation de fragilité. Le suivi des aidants est assuré pendant une année entière par une équipe pluridisciplinaire et de santé. L'Association prévoit très prochainement d'augmenter le nombre d'aidants familiaux accompagnés et de mettre en place une étude sur l'aide à la décision de placer ou non un proche en EHPAD. L'équipe établit un plan d'aide adapté à chaque aidant familial. Passerelle Assist'Aidants a été nommée dans le cadre des Trophées de la SilverEco 2019 dans la catégorie Aide aux Aidants et reconnue par la revue AIDER association « coup de cœur » dans le guide complice des aidants. L'association a également mis en place une étude scientifique pour évaluer les bénéfices du dispositif pour les retraités en partenariat avec la Fondation Médéric Alzheimer et la fondation Korian.

DISPOSITIF URBAIN CULTURE ALZHEIMER (DUCA)

Duca, porté par Culture & Hôpital, est un projet en réseau intégrant les acteurs culturels, les associations d'usagers et d'habitants comme partenaires directs des secteurs professionnels de la santé, du médico-social et du social, sur un territoire donné. Ce projet en faveur des aidants qui a débuté à Paris se développe aujourd'hui à Marseille et Beauvais. Les Ducap'art (Dispositif Urbain Culture Parkinson) vont se mettre en place en lien avec l'association France Parkinson et les Ducade ont été créés (Dispositif urbain culture dépression).

AÏNA

Aïna a développé le chevet lumineux tout-en-un : Lumaina. Celui-ci facilite le quotidien des aînés en agissant sur la prévention des chutes

et en facilitant le maintien à domicile le plus longtemps possible en toute autonomie. Ce produit, accessible depuis peu au grand public, se décline en plusieurs coloris. Aïna travaille actuellement au développement de son offre de produits.

SENIORADOM

SeniorAdom qui, depuis la mise en place de sa solution de téléassistance, a enrichi sa gamme avec deux nouveaux produits : une téléassistance classique avec un bracelet/pendentif et l'option « détecteur de chute lourde » pour répondre aux besoins des personnes en couple notamment, ainsi qu'une téléassistance géolocalisable s'utilisant à l'intérieur comme à l'extérieur du domicile. SeniorAdom est également en train de fusionner avec une société ayant un plateau de téléassistance ce qui leur permettra de proposer à terme un service de bout en bout de la fabrication du matériel jusqu'au plateau d'écoute.

MOVADOM

Depuis janvier 2020, le projet Movadom, première structure française d'accompagnement au déménagement des seniors, fait évoluer ses services tout en continuant sa mission de faciliter le parcours résidentiel des seniors. Elle a mis en place des conférences et visioconférences collectives, des formations auprès des professionnels, une ingénierie spécifique pour accompagner les bailleurs lors de projets de démolition ou de réhabilitation de leur patrimoine avec des locataires âgés.

À SAVOIR

Signe de leur qualité, d'anciens lauréats sont devenus opérateurs du Prif comme Kocoya, Destination Multimédia ou Delta 7. Ces derniers participeront, avec l'ensemble du réseau du Prif, à favoriser l'apprentissage du numérique au quotidien des seniors.

LAURÉATS ET PROJETS SOUTENUS EN 2019-2020

2019

PROJETS LAURÉATS DE L'APPEL À PROJETS « BIEN VIVRE SA RETRAITE, LE PLUS LONGTEMPS EN AUTONOMIE » – 1^{re} ANNÉE DE SOUTIEN

PROJETS	PORTEURS
2 minutes ensemble !	7C+
Conciergerie solidaire senior	13 Avenir
Arpavie Assistance	Arpavie
Accompagner les seniors vers l'engagement	Astérya
Part'âge au salon de thé	Association Aurore
Programme « Vieillir & Vivre bien »	Les Audacieux
Bricobus seniors	Compagnons Bâtisseurs
Service d'entraide de courses entre particuliers	Courseur
Autodiagnostic en ligne « Bien-être autonomie »	Domelia
Solution de renforcement du lien intergénérationnel	Entoureo
La Workerie	Ligue de l'Enseignement 95
Mieux vivre chez soi	Le Pari Solidaire
Réalité virtuelle pour les seniors	Lumeen
Changer de regard sur nos seniors	Maisons de Marianne Services
Plateforme pour activités collectives	Neosilver
Service de restauration à domicile	Papilles et Mamies/Prune
Action prévention copropriétés	Soliha

PROJETS LAURÉATS DANS LE CADRE DU RENOUELEMENT DE L'APPEL À PROJETS « BIEN VIVRE SA RETRAITE, LE PLUS LONGTEMPS EN AUTONOMIE »

PROJETS	PORTEURS
Les connecteurs citoyens	Astérya
Campus des seniors connectés	Delta 7
Ateliers rire et santé	Mairie de Combs-la-Ville
Guide des bonnes pratiques. Des solutions numériques pour bien vivre sa retraite	Medappcare

RÉSEAU D'INCLUSION NUMÉRIQUE DES RETRAITÉS 2018/2019

PROJETS	PORTEURS
Les RDV du numérique	ADMR 95
Initiation à l'utilisation du numérique	Centre 77
Écran total, la crème des seniors branchés	Centre social Albert Schweitzer
Inclusion numérique des seniors	Centre social Louise Michel/Mikado
Parcours d'appropriation des outils numériques	Colombbus
École des 62	D2L
Autonomie 2.0	Delta 7
Cyber cafés Vexin Val-de-Seine	Destination multimédia
Insertion sociale des seniors grâce aux outils numériques	Emmaüs Connect
Le numérique : outil de prévention et de citoyenneté	Ensemble et solidaires - UNRPA
Café des seniors connectés	Espace 19
Les ateliers formation au numérique	F.T.C.R
Inclusion numérique des personnes âgées du 15 ^e	Foyer de Grenelle
Favoriser l'inclusion et l'éducation numérique	Kocoya
Le numérique et les seniors au Relai 59	Le Relais 59
Le bus numérique : des ateliers pour les seniors	Ligue de l'Enseignement 78
Programme Internet : Pourquoi pas moi ?	PIMMS Antony
La petite école du numérique PIMMS	PIMMS Melun
Vendredi Seniors	PIMMS Noisy-le-Grand
Déploiement et renforcement des PANDA	PIMMS Paris

PROJETS LAURÉATS DE L'APPEL À PROJETS « AIDE AUX AIDANTS »

PROJETS	PORTEURS
L'art accessible à tous, projet d'accompagnement à domicile	AARTZ
Connect'Aidants	Avec nos proches
Mise en œuvre et déploiement d'un programme de soutien aux aidants à Saint-Quentin-en-Yvelines	Communauté d'agglomération Saint-Quentin-en-Yvelines
Mon coach aidants	Hôpital Sainte-Marie
Forfait Temps Libre	L'association CAJ La Porte verte
Cuisinons ensemble	Centre de gérontologie les Abondances
Méditation de pleine conscience	Centre de gérontologie les Abondances
Information, sensibilisation et accompagnement des proches aidants de personnes âgées en perte d'autonomie et/ou atteintes de MND	Maison de retraite intercommunale de Fontenay-sous-Bois
Prendre conscience de son statut d'aidant pour mieux se préserver et préserver la relation aidant-aidé	Établissement public gérontologique de Tournan-en-Brie
Plateforme de services aux retraités et salariés aidants	Prev&Care
Programme AIDA	Réseau Osmose
Atelier d'art-thérapie : retravailler le lien aidants-aidés	UNA Île-de-France
Aide aux aidants retraités en porte-à-porte sur Paris 19 ^e	Voisin Malin

2020

PROJETS LAURÉATS DE L'APPEL À PROJETS « BIEN VIVRE SA RETRAITE, LE PLUS LONGTEMPS EN AUTONOMIE » – 1^{re} ANNÉE DE SOUTIEN

PROJETS	PORTEURS
Box d'inspiration	Malle d'Aventure
Kits « Réaménages »	Les Bolders
Solution de mise en relation de seniors dans le besoin	Allo Louis
Prévention des chutes à travers la pratique des arts martiaux	Saparman
Rêves de seniors	Silver Alliance
Accompagner les jeunes retraités et valoriser leur expérience	Cokpit
L'Escape Game du bien vivre à domicile	Odavie

PROJETS LAURÉATS DE L'APPEL À PROJETS « BIEN VIVRE SA RETRAITE, LE PLUS LONGTEMPS EN AUTONOMIE » – RENOUVELLEMENT

PROJETS	PORTEURS
Conciergerie solidaire senior	13 Avenir
Passerelle Assistant aidant réseau de soutien aux aidants familiaux	Passerelle Assistant Aidant
Plateforme pour activités collectives	Neosilver
Solution de renforcement du lien intergénérationnel	Entouréo



Retrouvez toutes les informations partenariales sur
lassuranceretraite-idf.fr, rubrique Partenaire