

LES THÉMATIQUES EXISTANTES :



**PASSAGE À LA
RETRAITE**



MÉMOIRE



SOMMEIL



BIEN-ÊTRE



**EQUILIBRE
PRÉVENTION DES
CHUTES**



NUTRITION



**BIEN VIEILLIR ACTIVITÉ PHYSIQUE
ADAPTÉE**



MOBILITÉ



**NUMÉRIQUE -
SANTÉ**



**PRÉVENTION -
SANTÉ**

COMMENT METTRE EN PLACE UN PARCOURS DE PRÉVENTION ?

La mise en place d'un parcours de prévention se déroule en cinq étapes.

Le chargé de projet rencontre le partenaire local et étudie les besoins des seniors pour construire le projet en lien avec celui-ci.

Le chargé de projet cadre l'organisation des actions avec le prestataire de service (thématique à mettre en place, sollicitation de plannings, liste des inscrits, etc.)

Le prestataire de service anime les actions dans le respect du cahier des charges labellisé, de la convention de prestation de services et, à l'aide du kit animateur.

Le chargé de projet réalise le bilan de l'action, en lien avec le partenaire et le prestataire de service et accompagne à la pérennisation des actions.

Nous mettons à disposition un kit de communication personnalisé.



contact@defi-autonomie-seniors.fr



03.21.24.61.28

**DÉFI
AUTONOMIE
SÉNIORS**

QUI SOMMES-NOUS ?

Créé en 2017 par les caisses de retraite CARSAT Hauts-de-France, MSA Nord Pas-De-Calais, MSA Picardie et l'ex RSI Nord-Pas-De-Calais Picardie, Défi autonomie seniors est un groupement de coopération sociale et médico-sociale.



NOS PARTENAIRES FINANCIERS

Aux membres fondateurs s'ajoutent des partenaires financiers : la CAMIEG, la CNRACL, L'IRCANTEC, l'ENIM ainsi que les conférences des financeurs des cinq départements des Hauts-De-France.



NOTRE OBJECTIF :

L'objectif de Défi autonomie seniors est d'aider les retraités ou futurs retraités à préserver leur capital santé et à retarder la perte d'autonomie dès 55 ans, quelque soit leur régime de retraite.

Nous avons pour mission de déployer sur les Hauts-De-France, gratuitement grâce au soutien des caisses de retraites, des actions collectives de prévention, d'éducation à la santé, du bien vieillir et toutes actions visant à préserver l'autonomie des seniors.

Une équipe dédiée vous accompagne dans la mise en place de projets et parcours de prévention.

NOTRE FONCTIONNEMENT :

Un chargé de projets et d'animation accompagne les partenaires de proximité (collectivités, mairies, associations...) au sein des territoires à la construction d'un parcours de prévention répondant aux besoins des seniors.

Chez Défi autonomie seniors, nos chargé(e)s de projets et d'animation sont présent(e)s dans le Pas-De-Calais, le Nord, la Somme, l'Oise et l'Aisne.



NOS MODALITÉS D'INTERVENTION :

UNE OFFRE QUI S'ADAPTE AUX BESOINS DES SÉNIORS :

Défi autonomie seniors vous propose différentes actions en présentiel :



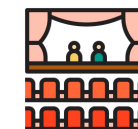
Des ateliers en petits groupes



Des conférences santé



Des visioconférences et webconférences



Des théâtres débats

Les thématiques sont déployées par des animateurs formés et des experts qui interviennent dans une ambiance conviviale.

