

RAPPORT D'ACTIVITÉ 2023



DEFI AUTONOMIE SENIORS

Directeur de la publication : Eric AERNOUDTS
Responsable de la publication : Marie VERNY

INTRODUCTION

2023, une année de transition, consolidation et adaptation de l'offre Défi autonomie seniors à destination des personnes de 55 ans et plus...

L'année 2023 a connu d'importantes évolutions stratégiques et organisationnelles...

En fin d'année 2022, les membres fondateurs ont approuvé **une feuille de route** pour l'année 2023. Celle-ci vise à consolider un tout nouveau modèle qui a été élaboré en lien avec les plans d'actions sanitaires, et sociales, et de prévention. La feuille de route se compose de **huit grandes orientations** qui ont été travaillées conjointement tout au long de l'année.

Malgré la transformation de la structure, l'année 2023 s'est poursuivie sans interruption dans son activité. Elle s'est déroulée en deux temps : la première partie de l'année a été marquée par le maintien de l'ancien modèle, qui s'est progressivement adapté grâce à une réintégration majeure des activités par l'équipe salariée, permettant ainsi d'adapter et de consolider le modèle. Le second temps, à partir de juillet 2023, a marqué le début du développement du nouveau modèle, afin de l'expérimenter et de l'ajuster jusqu'en décembre, pour être prêt dès janvier 2024.

Le nouveau modèle est désormais axé sur **des parcours de prévention** en fonction des **besoins identifiés** auprès des seniors des différents territoires. Les partenaires de proximité jouent un rôle clé dans les projets.

Défi autonomie seniors travaille avec des **prestataires de services qualifiés**, ayant un ancrage territorial, pour animer ses ateliers, en utilisant **des cahiers des charges labellisés**. Pour les accompagner, l'équipe s'est renforcée afin d'assurer l'ingénierie de projets.

Les membres fondateurs et l'équipe travaillent ensemble pour mettre en place une **feuille de route pluriannuelle** pour les années 2024-2026.

Le développement de l'offre sera axé sur les **territoires prioritaires** et le **renforcement des partenariats** pour répondre aux besoins des retraités et futurs retraités de la région.

Découvrez le bilan de l'année 2023 et le nouveau modèle Défi autonomie seniors qui promet de beaux projets dans les territoires.



NOS MEMBRES FONDATEURS



Ex-RSI Nord Pas-de-Calais
et Picardie

NOS PARTENAIRES FINANCIERS



Les conférences des financeurs des 5 départements
des Hauts-De-France dans le cadre des réponses
aux appels à projets

« NOUS AVONS TOUS UN RÔLE À JOUER DANS LE BIEN
VIEILLIR, QUEL QUE SOIT NOTRE ÂGE AUJOURD'HUI »

NOTRE HISTOIRE

Les caisses de retraite, CARSAT Hauts-de-France, MSA Nord Pas-de-Calais, MSA Picardie et, l'ex-RSI Nord Pas-de-Calais Picardie, ont fondé le Groupement de Coopération Sociale et Médico-sociale « Défi autonomie seniors » en 2017 dans le cadre d'un engagement sur une politique commune du bien-vieillir en région Hauts-de-France.

Depuis Mai 2022, la MSA Picardie assure le pilotage de la structure pour le compte de l'inter-régime.

NOTRE MISSION

Défi autonomie seniors met en place des actions de prévention en collectif, à destination des futurs retraités et retraités de la région Hauts-de-France, dès 55 ans, quel que soit leur régime de protection sociale, avec comme objectifs de les aider à préserver leur capital santé, à retarder la perte d'autonomie et à lutter contre l'isolement.



Des actions collectives au sein des territoires, sur les thématiques du bien-vieillir, de l'alimentation, de l'activité physique adaptée, du sommeil, de la mémoire...



Des actions en distanciel sous le format de webconférences, en complément de l'offre déployée au sein des territoires.



SOMMAIRE

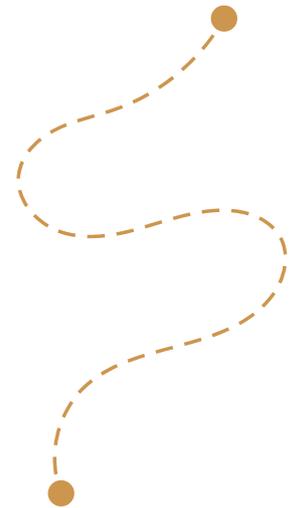
I. L'ACTIVITÉ GLOBALE 2023

- 1.1 Profil des participants aux actions – Page 7
- 1.2 Le présentiel – Page 9
 - 1.2.1 Les ateliers collectifs – Page 9
 - 1.2.2 Les rencontres à la carte – Page 11
 - 1.2.3 Les forums – Page 14
 - 1.2.4 Couverture géographique en présentiel – Page 14
- 1.3 Le distanciel
 - 1.3.1 Rencontres thématiques animées en visioconférences – Page 16
 - 1.3.2 Les webconférences – Page 17
 - 1.3.3 L'offre Happyvisio – Page 20
 - 1.3.4 Mise en lumière ! – Page 21
 - 1.3.4.1 Défi autonomie seniors sur le web – Page 21
 - 1.3.4.1.1 Le site internet Défi autonomie seniors – Page 21
 - 1.3.4.1.2 La newsletter Défi autonomie seniors – Page 22
 - 1.3.4.1.3 Pourbienvieillir.fr – Page 22
 - 1.3.4.2 Salut les seniors – Page 23

II. 2023, UN NOUVEAU MODÈLE SE MET EN PLACE

- 2.1 Vision du projet commun et gouvernance – Page 24
- 2.2 Public cible. Approche : périmètres et fragilités – Page 24
- 2.3 Périmètre d'intervention : les territoires prioritaires – Page 25
- 2.4 Définir l'offre de service – Page 25
 - 2.4.1 L'offre de service en présentiel – Page 25
 - 2.4.2 L'offre de service en distanciel – Page 28
 - 2.4.3 Adaptation des outils de communication – Page 29
 - 2.4.4 Maîtriser la prestation de service – Page 30
 - 2.4.5 Relations partenariales – Page 31
 - 2.4.6 Modèle organisationnel ressources humaines – Page 33
 - 2.4.7 Financement et modèle économique – Page 36
 - 2.4.7.1 Modèle économique – Page 36
 - 2.4.7.2 Coût des ateliers de prévention – Page 36

III. UNE FEUILLE DE ROUTE PLURIANNUELLE 2024 - 2026



I. L'ACTIVITÉ GLOBALE 2023

Au cours de l'année 2023, Défi autonomie seniors a déployé **234 actions**, organisées en présentiel en lien avec les partenaires du territoire (mairies, CCAS, centres sociaux, associations seniors, etc.) ou en distanciel (rencontres thématiques en visioconférence, webconférences) ;

• 171 actions en présentiel :



127 ateliers de
2 à 12 séances



26 conférences
et théâtres
débats



18 forums

• 63 actions en distanciel :



58 actions thématiques en
visioconférence



5 webconférences

1.1 PROFIL DES PARTICIPANTS AUX ACTIONS

Les 234 actions déployées en 2023 ont permis à Défi autonomie seniors de sensibiliser **3 608 individus** sur l'ensemble du territoire des Hauts-de-France.

➤ Origine géographique des individus

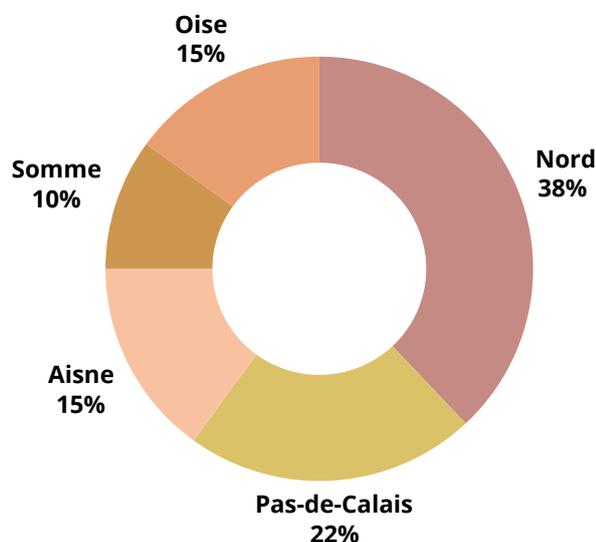


Figure 1 : Origine géographique des individus

➤ Sexe et moyenne d'âge

Sur les 3 608 seniors rencontrés tout au long de l'année 2023 :



70% sont des femmes



30% sont des hommes

La moyenne d'âge globale est de 69 ans.

• **2 457 seniors ont suivi des actions en présentiel :**



73% sont des femmes



27% sont des hommes

La moyenne d'âge est de 71 ans.

• **1 151 seniors ont suivi des actions en distanciel :**



64% sont des femmes



36% sont des hommes

La moyenne d'âge est de 65 ans.

➤ **Caisses de retraite**

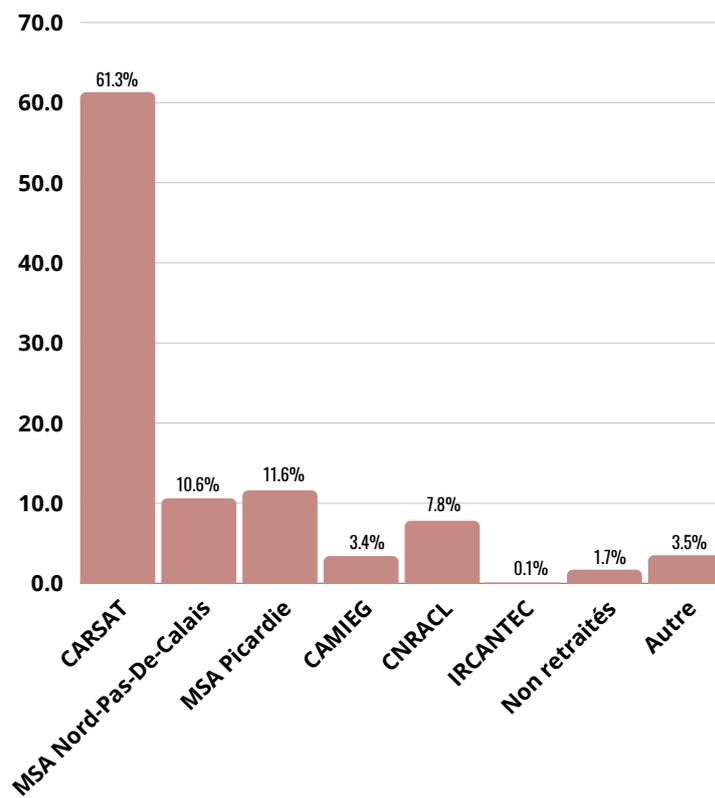


Figure 2 : La répartition des 3 608 individus par caisse de retraite

1.2 LE PRÉSENTIEL



1.2.1 LES ATELIERS COLLECTIFS

127 ateliers, de 2 à 12 modules, ont été animés au cours de l'année 2023, ce qui représente **7 873 modules proposés** (modules d'une durée de deux heures en moyenne). On note une très belle participation puisque **84%** de ces modules ont été suivis en intégralité.

Les 127 ateliers collectifs ont permis à Défi autonomie seniors de faire la rencontre de 1 247 individus.

➤ Origine géographique des individus

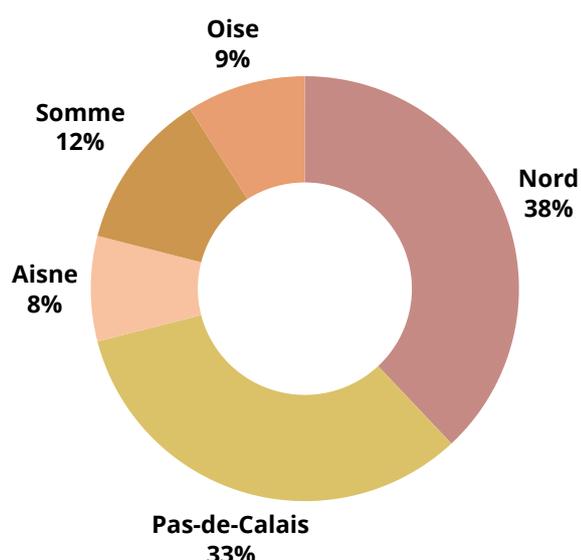


Figure 3 : Origine géographique des individus

➤ Sexe et moyenne d'âge



La moyenne d'âge est de 72 ans.

➤ Caisses de retraite

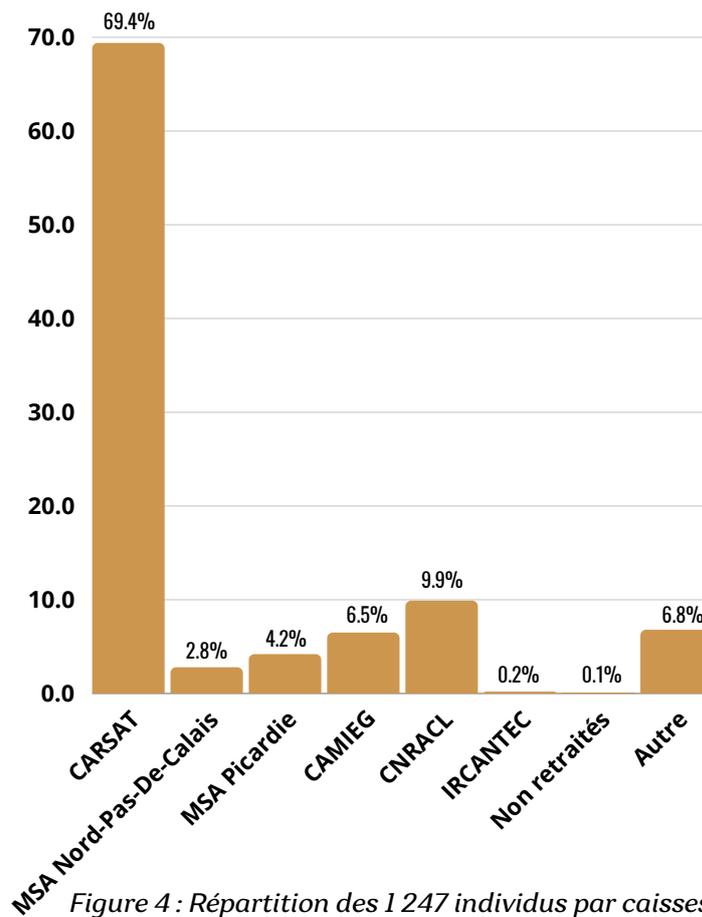


Figure 4 : Répartition des 1 247 individus par caisses de retraite

À partir de juillet 2023, Défi autonomie seniors expérimente son nouveau modèle où la notion de parcours de prévention s'instaure doucement. A partir de cette période, de plus en plus d'individus sont amenés à suivre plus d'un atelier en présentiel (entre 2 et 5 ateliers suivis par individus).

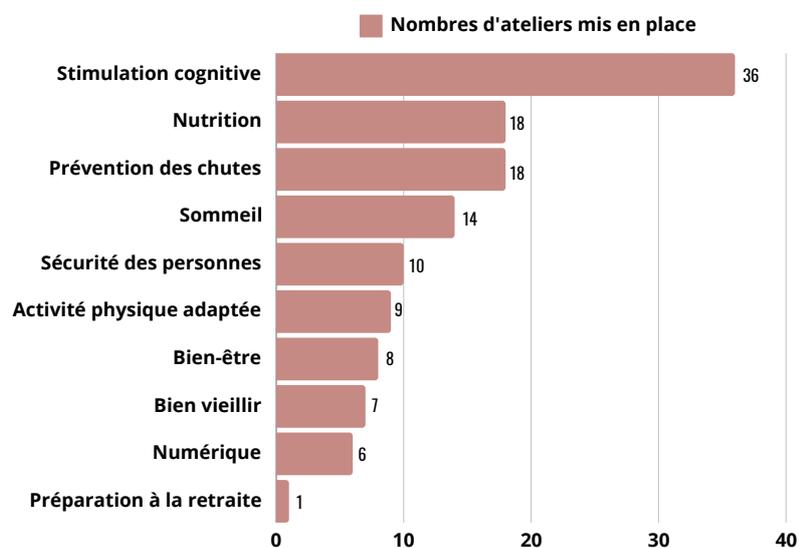


Figure 5 : Répartition des ateliers collectifs par thématiques

➤ Classement des thématiques les plus suivies en présentiel

1 Stimulation cognitive

2 Nutrition

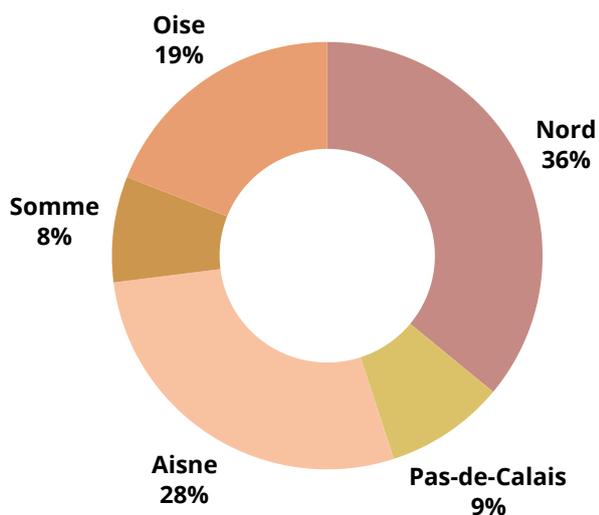
3 Prévention des chutes

Ces trois thématiques représentent **57% de l'offre déployée** en 2023 et de la **participation totale**.

1.2.2 LES RENCONTRES À LA CARTE

Les rencontres à la carte sont des rencontres ponctuelles ; conférences ou débats-théâtraux. En 2023, Défi autonomie seniors a organisé 26 rencontres à la carte, ces 26 rencontres ont permis de venir à la rencontre de 930 individus, certains ont même participé à plus d'une rencontre (20 individus ont suivi plus d'une conférence !)

➤ Origine géographique des individus



➤ Sexe et moyenne d'âge

Parmi ces 930 individus ;



63% sont des femmes

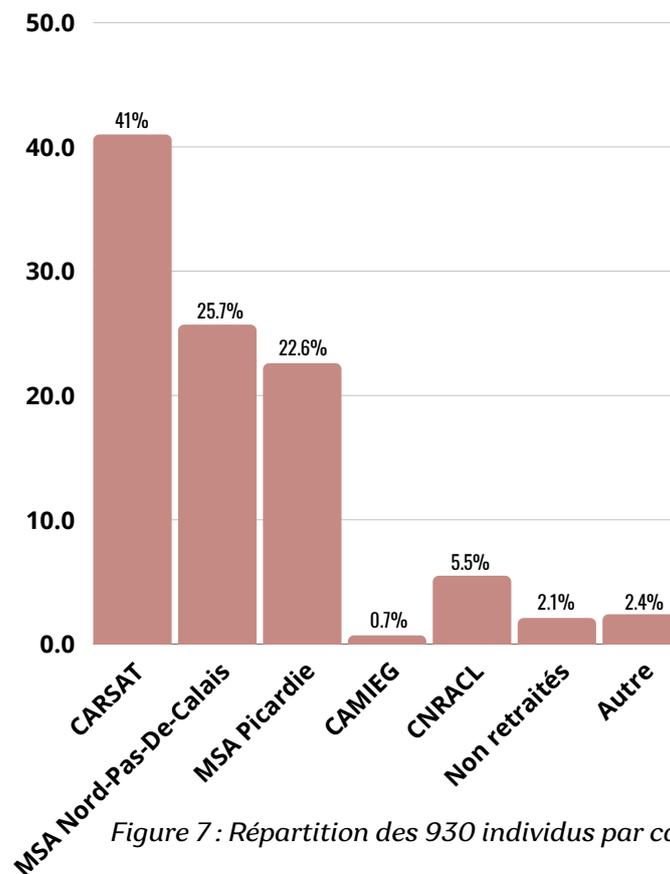


37% sont des hommes

La moyenne d'âge est de 70 ans.

Figure 6 : Origine géographique des individus

➤ Caisses de retraite



➤ ZOOM sur : Retour en image sur une conférence “Bien dans son corps, bien dans sa tête” organisée à Billy-Berclau (62)

Réalisée à Billy-Berclau au cours de la semaine bleue : une conférence animée par notre chargée de projets et d'animation du Pas-de-Calais, Sophie LOUCHEZ, qui a permis la rencontre de 30 seniors du territoire de Béthune-Bruay.



Figure 8 : Conférence à Billy-berclau (62)

➤ ZOOM sur : Retour en image sur le théâtre-débat organisé à Pontpoint (60)



Figure 9 : Affiche promotionnelle du débat théâtral à Pontpoint (60)

Organisée en lien avec les élus de la MSA de Picardie, avec pour cible un public de futurs et jeunes retraités, le débat théâtral de Pontpoint avait pour thématique « Le passage à la retraite ».

Une présentation qui a permis d'illustrer avec humour et légèreté le quotidien de personnes qui s'appêtent à prendre leur retraite. À la fin de la représentation, des professionnels de santé ont échangé des astuces et conseils pour vivre le plus sereinement possible ce changement de situation et ont répondu à toutes les questions des participants.

145 seniors de 55 ans et plus étaient présents à cette représentation. A la suite de cet événement, des ateliers collectifs de prévention sont organisés afin d'aller plus loin dans les thématiques abordées.



Figure 10 : Débat théâtral organisé à Pontpoint (60)

1.2.3 LES FORUMS

Les 18 forums réalisés en 2023 ont permis la rencontre de 280 seniors. Ces rencontres ont une réelle importance, elles permettent d'aller à la rencontre d'un public seniors parfois plus éloigné des messages de prévention.

Défi autonomie seniors était présent à Terres de Jim sur le Village MSA le samedi 9 septembre à Cambrai (59) !



Figure 11 : Stand de Défi autonomie seniors à Terre de Jim

1.2.4 COUVERTURE GÉOGRAPHIQUE EN PRÉSENTIEL

Le territoire des Hauts-de-France compte 92 établissements publics de coopération intercommunale (EPCI).

Sur ces 92 EPCI, 55 sont des EPCI prioritaires pour Défi autonomie seniors (17 dans le Nord dont 11 prioritaires, 19 dans le Pas-de-Calais dont 10 prioritaires, 19 dans l'Aisne dont 10 prioritaires, 16 dans la Somme dont 9 prioritaires et 21 dans l'Oise dont 15 prioritaires).

➤ Cartographie des EPCI¹ touchés par des actions Défi autonomie seniors en 2023

-  EPCI prioritaires
-  EPCI touchés par une action Défi autonomie seniors



Figure 12 : EPCI touchés par une action Défi autonomie seniors

¹Etablissements public de coopération intercommunale

➤ **Cartographie des actions Nord-Pas-de-Calais (104 actions - 1 481 individus touchés)**



Figure 13 : Cartographie des actions du Nord-Pas-De-Calais

➤ **Cartographie des actions Picardie (67 actions - 976 individus touchés)**



Figure 14 : Cartographie des actions de la Picardie

- | | |
|--|---|
|  STIMULATION COGNITIVE |  BIEN-ÊTRE |
|  BIEN VIEILLIR |  NUMÉRIQUE |
|  SOMMEIL |  ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE |
|  NUTRITION |  CONFÉRENCE |
|  SÉCURITÉ DES PERSONNES |  FORUMS |
|  PRÉVENTION DES CHUTES | |

1.3 LE DISTANCIEL

1.3.1 RENCONTRES THÉMATIQUES ANIMÉES EN VISIOCONFÉRENCES

De janvier à juin 2023, Défi autonomie seniors poursuit l'offre de rencontres thématiques animées en visioconférence, débutée en octobre 2021, en se concentrant sur 4 thématiques phares :

- L'activité physique adaptée,
- Le bien-vieillir,
- La nutrition,
- La stimulation cognitive.

Sur cette période, 58 rencontres sont proposées aux seniors des Hauts-de-France, majoritairement suivies par des habitués ; 107 individus (776 participations soit plus de 7 rencontres suivies par individus).

➤ Origine géographique des individus

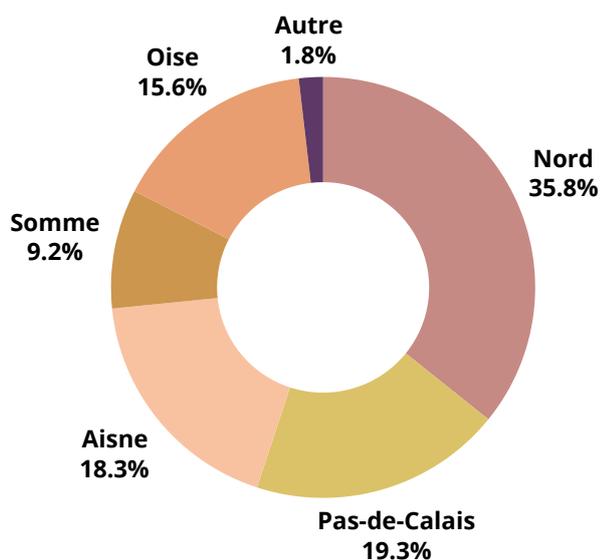


Figure 15 : Origine géographique des individus

➤ Sexe et moyenne d'âge

Parmi ces 107 individus ;



85% sont des femmes



15% sont des hommes

La moyenne d'âge est de 70 ans.

1.3.2 LES WEBCONFÉRENCES

5 webconférences ont été organisées tout au long de l'année 2023, sur des thématiques diverses, en lien avec le calendrier de santé publique et les souhaits des caisses de retraite. Un taux de présence moyen de 46% !

Pour les personnes ayant manqué l'évènement, il est possible de retrouver le replay de toutes les conférences sur notre chaîne [YouTube](#).

- ➔ Mars : "Mars Bleu : échangeons autour de l'alimentation préventive et du dépistage du cancer colorectal" - 232 individus connectés - 310 vues sur Youtube.
- ➔ Juin : "Bien préparer l'été" - 182 individus connectés - 298 vues sur Youtube.
- ➔ Septembre : "Prendre soin de son cœur pour bien vivre sa vie à la retraite"- 389 individus connectés - 225 vues sur Youtube.
- ➔ Novembre : « Bien Manger avec un budget équilibré ! » - 311 individus connectés - 155 vues sur Youtube.
- ➔ Décembre : "Favoriser l'engagement pour un vieillissement en bonne santé !" - 160 individus connectés - 140 vues sur Youtube.

Ces 5 webconférences ont permis de sensibiliser 1 044 individus, dont plus de 270 ont participé à au moins deux webconférences.

➤ Classement des webconférences

- 1 "Prendre soin de son cœur pour bien vivre sa vie à la retraite" avec 395 participants.
- 2 "Bien manger avec un budget équilibré" avec 307 participants.
- 3 "Mars Bleu : échangeons autour de l'alimentation préventive et du dépistage du cancer colorectal" avec 232 participants.

➤ Origine géographique des individus

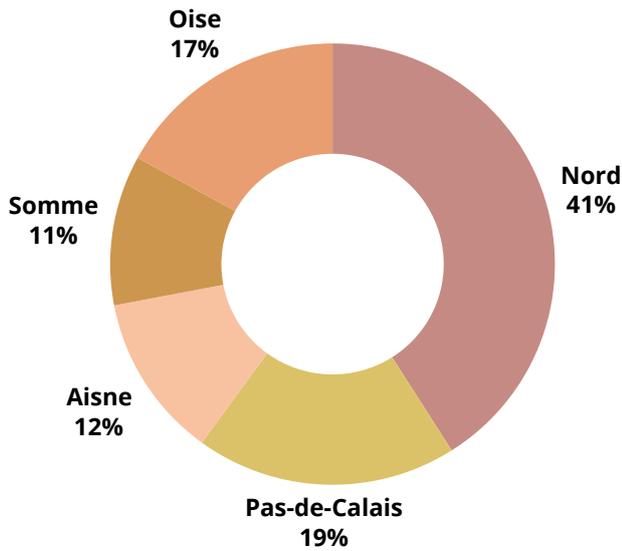


Figure 17 : Origine géographique des individus

➤ Sexe et moyenne d'âge

Parmi ces 1 044 individus ;



62% sont des femmes



38% sont des hommes

La moyenne d'âge est de 65 ans.

➤ Caisses de retraite

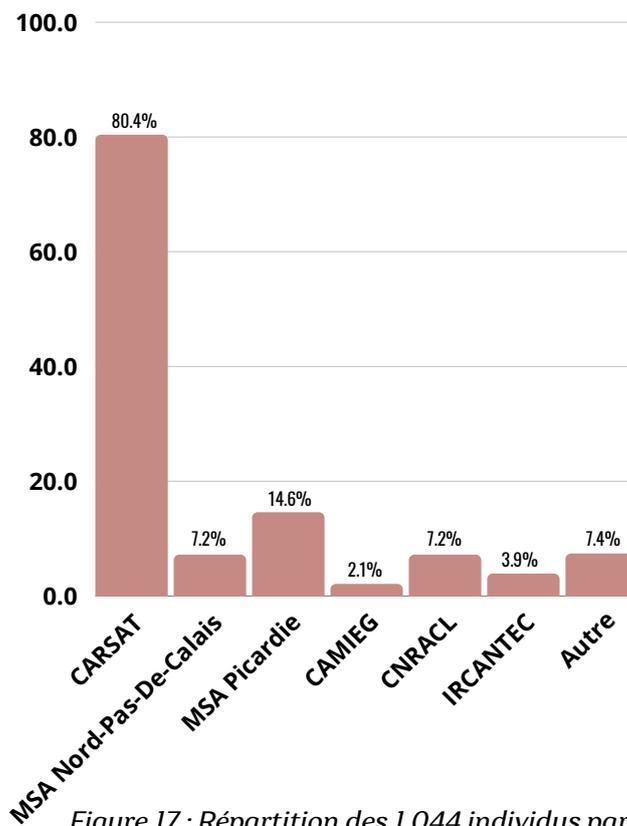


Figure 17 : Répartition des 1 044 individus par caisses de retraite

➤ ZOOM : “Prendre soin de son cœur pour bien vivre sa vie à la retraite”



Figure 18 : Bandeau de promotion de la webconférence de septembre

Les intervenants :

- Docteur SALLE, cardiologue et président de la Fédération Française de Cardiologie - Antenne Régionale Picardie,
- Claire MEURISSE, Diététicienne et infirmière,
- Sandra MIR, Enseignante en activité physique adaptée (E-APA),
- Linda MERABET, Diététicienne et sophrologue.

Les thématiques abordées :

- Evolution du fonctionnement du cœur avec l'âge,
- Les facteurs de risques qui favorisent l'apparition de maladies cardiovasculaires,
- Les signes d'alerte,
- Le rôle de l'alimentation cardioprotectrice,
- Les aliments à éviter,
- Les astuces pour mieux manger,
- Les bienfaits de l'activité physique sur le cœur, la santé en général et le maintien de l'autonomie,
- L'impact du stress sur le cœur et comment mieux le gérer à l'aide de techniques de relaxation facile à reproduire chez soi.

1.3.3 L'OFFRE HAPPYVISIO

En septembre 2023, Défi autonomie seniors a lancé une expérimentation de l'offre HappyVisio ; les seniors qui l'ont souhaité ont pu ainsi bénéficier grâce au code partenaire « DEFI » d'une multitude d'actions en ligne.

➤ Activité sur la plateforme au 31 décembre 2023



298 activités proposées



2 521 personnes inscrites avec le code



6 295 inscriptions à des activités (6 152 participations)



3 651 visionnages en replay

➤ Thématiques les plus suivies

- 1 Activité physique et adaptée (2 597 inscriptions).
- 2 Culture et divertissement (1 163 inscriptions).
- 3 Bien-être (1 058 inscriptions).

➤ Profil des 2 521 personnes inscrites



74% sont des femmes



26% sont des hommes

54% ont moins de 70 ans et 46% ont plus de 70 ans.

➤ Origine géographique des 2521 individus

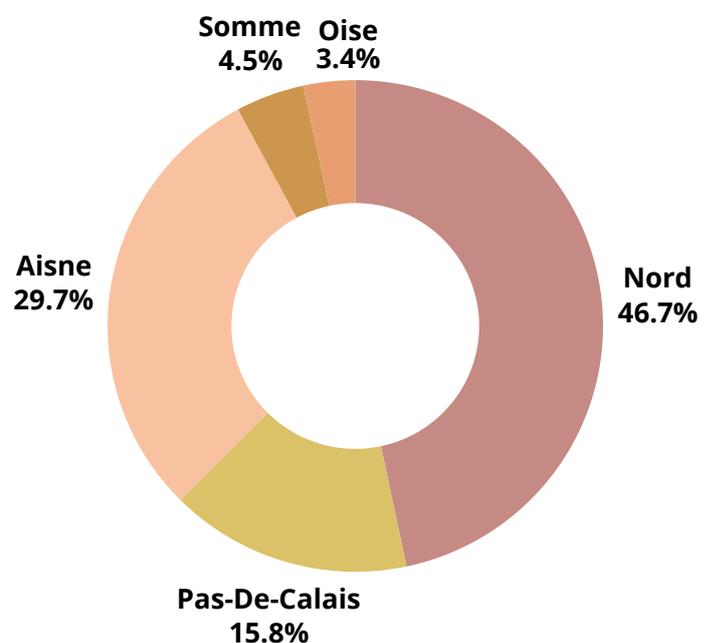


Figure 19 : Origine géographique des individus

1.3.4 MISE EN LUMIÈRE !

1.3.4.1 DÉFI AUTONOMIE SENIORS SUR LE WEB

1.3.4.1.1 LE SITE INTERNET DÉFI AUTONOMIE SENIORS

Le site internet Défi autonomie seniors est devenu une véritable porte d'entrée pour les seniors qui connaissent la structure. Il permet l'accès à l'ensemble des services proposés, notamment :

- Les actualités,
- Le calendrier des actions,
- La préinscription en ligne aux actions,
- Le replay des webconférences,
- L'Inscription à la newsletter,
- Un espace prévention avec une multitude de documents à télécharger,
- Une refonte sera réalisé en 2024 pour fluidifier l'accès à l'information.

1.3.4.1.2 LA NEWSLETTER DÉFI AUTONOMIE SENIORS

Mise en place en avril 2021, la newsletter Défi autonomie seniors compte désormais plus de 2 500 abonnés. En 2023, près de 700 personnes se sont abonnées à la newsletter et le taux d'ouverture est en moyenne de 70%.

Les abonnées y retrouvent chaque mois ;

- Le planning des actions,
- L'actualité du mois : atelier, conférence, webconférence, etc.
- L'événement du mois : mise en lumière d'un événement du monde de la santé
- Un ou plusieurs articles "Conseils et astuces pour bien-vieillir".

1.3.4.1.3 POURBIENVIEILLIR.FR



Les activités proposées par Défi autonomie seniors sont répertoriées sur le site www.pourbienvieillir.fr

Figure 20 : Site internet pour bien vieillir

Les seniors peuvent trouver les actions organisées près de chez eux en indiquant leur code postal sur la carte ou en se géolocalisant (via smartphone).



Exemple d'une recherche d'actions dans un périmètre de 40 kms autour de la ville d'Arras (62)

1.3.4.2 SALUT LES SENIORS !

En octobre 2023, Défi autonomie seniors a eu l'occasion d'être mis en avant grâce à l'émission Salut les séniors !

Dans le cadre de l'émission, Marie Verny, responsable régionale, a pu se rendre sur le plateau de l'émission pour échanger quelques chiffres clés sur le vieillissement et partager des informations sur les actions de prévention proposées par Défi autonomie seniors.



Figure 21 : Emission "Salut les seniors" - Passage de Marie Verny

Une émission diffusée ensuite tous les jeudis à 16h, de début octobre jusqu'à fin novembre et disponible en replay sur la chaîne WEO : <https://www.weo.fr/video/a-la-retraite-je-reste-actif-et-autonome/>

Au cours de l'émission les téléspectateurs ont pu visionner un reportage réalisé lors d'un atelier "Sommeil" à Seclin (59).



Figure 22 : Emission "Salut les seniors" - Reportage réalisé lors d'un atelier "Sommeil" à Seclin (59).

II. 2023, UN NOUVEAU MODÈLE SE MET EN PLACE

Les huit grandes orientations du nouveau modèle ont été approuvées à la fin de l'année 2022, et les travaux ont été structurés en conséquence. Nous vous partageons les éléments clés qui en sont ressortis.

2.1 VISION DU PROJET COMMUN ET GOUVERNANCE

L'instance "Bien-vieillir" supra de Défi autonomie seniors a été rétablie pour mieux articuler la vision commune du projet. Elle rassemble les directions des caisses fondatrices, se réunissant après les comités stratégiques organisés chaque trimestre, pour aborder des sujets plus larges que ceux portés par le groupement. L'objectif est de renforcer la collaboration entre les caisses sur les enjeux liés au bien-vieillir et d'intégrer une stratégie plus globale à l'échelle régionale.

Les statuts devront être révisés suite à l'approbation du changement de siège social, ainsi qu'en préparation de l'intégration d'un nouveau membre, en l'occurrence l'Agirc Arrco. Les conventions des membres fondateurs seront également retravaillées pour harmoniser une base commune, qui pourra ensuite être personnalisée selon les besoins.

Enfin, le règlement intérieur de Défi autonomie seniors devra être révisé. Ce travail sera renforcé grâce à un accompagnement "diagnostic RH" prévu pour l'année 2024, une prestation prise en charge par l'organisme de formation.

2.2 PUBLIC CIBLE. APPROCHE : PÉRIMÈTRES ET FRAGILITÉS

En 2023, l'équipe salariée a commencé par ré-internaliser les animations propres aux ateliers pour ajuster les contenus et personnaliser les kits d'animation pour chaque atelier. Par la suite, les animateurs salariés ont évolué vers des postes de chargés de projets et d'animation, pour déployer des parcours de prévention dans les territoires prioritaires en fonction des besoins des retraités locaux, afin d'obtenir une participation accrue du public cible.

Un travail considérable a également été effectué pour renforcer la mise en œuvre des actions auprès des futurs et jeunes retraités grâce au déploiement des ateliers "Vivons Retraite". Ce public est plus difficile à mobiliser, mais il est important de les atteindre en leur offrant des opportunités pour un vieillissement en santé et un maintien de l'autonomie aussi longtemps que possible.

Nous avons également adapté notre communication et établi de nouveaux partenariats pour atteindre ces objectifs globaux, notamment avec les maisons de santé, les partenaires prescripteurs, les communautés professionnelles territoriales de santé ou encore les maisons sport-santé.

Pour soutenir les retraités fragilisés, une offre adaptée sera proposée à partir de 2024. Tout d'abord, une phase d'écoute auprès du public sera mise en place pour identifier les besoins et les attentes des personnes concernées. Ensuite, une première expérimentation sera menée pour ajuster l'offre si nécessaire. Finalement, une expansion à plus grande échelle sera réalisée en collaboration avec des partenaires régionaux et des déclinaisons locales.

2.3 PÉRIMÈTRE D'INTERVENTION : LES TERRITOIRES PRIORITAIRES

55 territoires prioritaires ont été définis à l'échelle de la région par les caisses de retraites selon des indicateurs de fragilités et en lien avec les diagnostics de territoire sur les 95 Etablissements publics de coopération intercommunale (EPCI) que comporte la région Hauts-de-France. Cette liste est définie pour l'année 2023 et reconduite pour la feuille de route pluriannuelle.

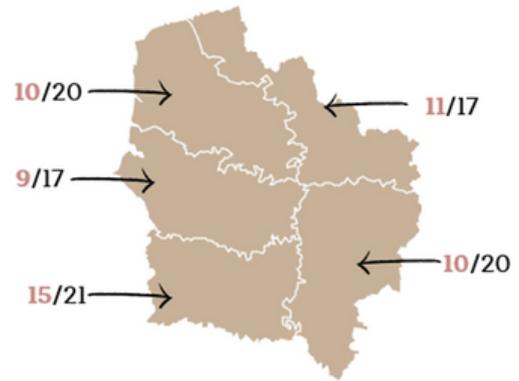


Figure 23 : Les 55 territoires prioritaires répartis sur les 5 départements des Hauts-de-France.

En dehors de ces territoires, Défi autonomie seniors ne pourra pas mettre en place d'actions sans l'obtention de financements complémentaires, tout en garantissant une réponse à des besoins et sur des zones fragilisées pour lesquelles les partenaires n'ont pas la capacité de mettre en place les projets en toute autonomie.

2.4 DÉFINIR L'OFFRE DE SERVICE

Un constat a été fait lors de nos travaux menés en 2022 : l'offre déployée par Défi autonomie seniors était concentrée sur un catalogue d'actions qui renforçait le volet "offre de consommation". Par conséquent, l'offre ne répondait pas aux besoins des seniors eux-mêmes et le public ne se mobilisait pas ou peu. Les partenaires avaient tendance à commander des ateliers sans tenir compte des souhaits des seniors, créant ainsi une offre de consommation plutôt qu'une offre de prévention.

Découvrons la nouvelle offre de service proposée par Défi autonomie seniors.

2.4.1 L'OFFRE DE SERVICE EN PRÉSENTIEL

En 2023, il a été jugé nécessaire de repenser entièrement l'offre de services pour les seniors en construisant des parcours de prévention adaptés à leurs besoins. Il est essentiel de fournir une réponse appropriée et de collaborer avec des partenaires locaux pour mener à bien des projets concrets. Il est prévu de s'étendre progressivement pour couvrir toutes les zones prioritaires et développer de nouveaux partenariats.

➤ Les parcours de prévention se construisent en 5 étapes

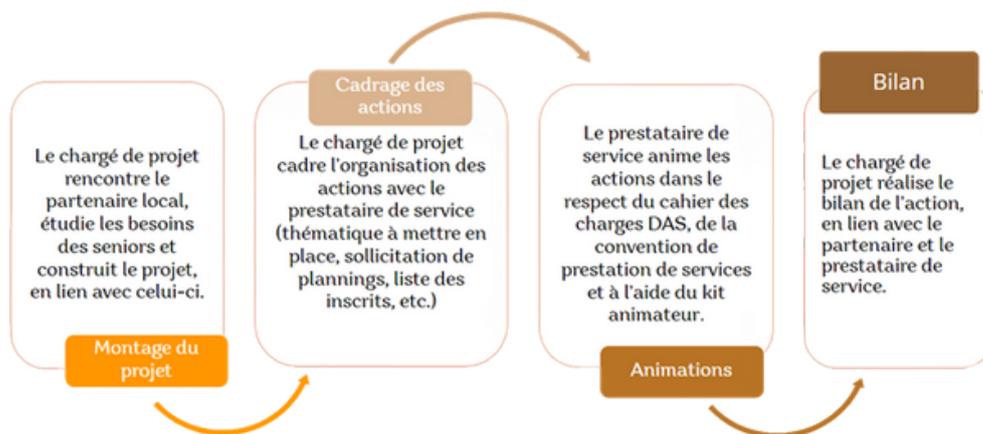


Figure 24 : Les 5 étapes de la mise en place d'un parcours de prévention

La dernière étape consiste à assurer la continuité des actions. Nous travaillons en collaboration avec le partenaire pour proposer des activités complémentaires aux participants ou les orienter vers une offre déjà présente sur le territoire.

Exemple : après un atelier d'activité physique adaptée, une orientation peut être faite vers les associations locales.

Les parcours de prévention peuvent être de 2 types mais sont toujours personnalisés selon les besoins identifiés.

➤ Parcours découverte bien-vieillir

Afin de mettre en place un parcours plus complet, nous avons décidé de proposer en premier lieu une offre plus généraliste sur le thème de "Bien-Vieillir". Cette offre aura pour objectif d'introduire divers sujets et d'identifier les besoins spécifiques des seniors pour ensuite déployer un parcours entièrement adapté.

Exemple : Organisation d'une conférence sur les sujets importants liés au "bien-vieillir". Cette rencontre permettra de présenter les différents ateliers et leur organisation aux participants pour lever les freins à la participation. Une collecte des besoins sera également proposée pour identifier les thèmes qui viendront compléter le parcours.

➤ Parcours liés aux besoins des seniors d'un territoire

En établissant des partenariats, les besoins de la population peuvent être facilement identifiés, ce qui permettra de repérer rapidement les principaux thèmes à considérer. En complémentarité avec l'offre locale existante, il est possible de monter un projet global et anticiper l'offre de suite dès la fin de parcours.

➤ Les thématiques de l'offre de service

L'offre de services se concentre autour de 11 thématiques qui comportent chacune, un ou plusieurs ateliers.



Figure 25 : Les thématiques de l'offre de service de Défi autonomie seniors

Ces ateliers sont labellisés et sont identiques dans leur déploiement quel que soit le lieu de mise en place. L'image des caisses de retraite est ainsi garantie avec une mise en avant du rôle des membres fondateurs et partenaires financiers. Défi autonomie forme et accompagne des prestataires de services experts dans les thématiques ciblées, ayant un ancrage territorial, à l'animation de ses ateliers. Un réseau de prestataires qualifiés se constitue ainsi en région.

Afin de garantir la qualité des actions mises en place, l'évaluation est renforcée.

➤ Les thématiques de l'offre de service

Pour mesurer l'évolution des connaissances et des comportements des individus, un travail a été mené afin de renforcer l'évaluation des actions.

Pour chaque action déployée, l'évaluation est réalisée sur 3 niveaux :

- Individus : complétude d'une autoévaluation en première et dernière séance d'un atelier puis 3 à 6 mois après la fin de l'atelier.
- Intervenants : complétude d'un bilan pédagogique en fin d'atelier pour permettre un retour global sur le déroulé de l'atelier, faire part des difficultés rencontrées, des axes d'amélioration ... Ce bilan est complété par un échange avec le chargé de projets et d'animation du territoire.
- Partenaires : complétude d'un questionnaire de satisfaction avec identification des axes de pérennisation et les perspectives de nouveaux besoins.

Dès 2024, une évaluation spécifique en lien avec l'offre à destination des publics fragilités sera développée auprès d'une cohorte et sur du plus long terme.

2.4.2 L'OFFRE DE SERVICE EN DISTANCIEL

L'offre de service en format distanciel est une offre complémentaire qui permet notamment de toucher un public plus jeune ou qui ne connaît pas l'offre Défi autonomie seniors. Elle est également complémentaire afin de proposer une offre auprès des publics situés sur des territoires non couverts par des actions en présentiel.

Jusqu'au mois de juin, l'offre proposant des ateliers organisés par Défi autonomie seniors a été maintenue avec la mise en place de 10 ateliers par mois. Cette offre a ensuite été arrêtée puisqu'elle se concentrait principalement dans une offre de consommation avec des habitués, plutôt qu'une réelle offre de prévention.

L'année 2023 a été marquée par le déploiement de 5 webconférences sur l'année, organisées en fonction du calendrier de santé public et selon des sujets souhaités par les caisses de retraite. Comme le témoigne les chiffres présentés dans la première partie, les webconférences ont toutes connues un franc succès et ont permis de toucher des personnes qui ne connaissaient pas Défi autonomie seniors. Par ailleurs, pour chaque webconférence, une communication spécifique a été mises en place par les caisses de retraite auprès de leurs retraités, permettant de toucher de nouvelles personnes.

Enfin, pour permettre de maintenir une offre de prévention accessible en distanciel avec un système de replay, Défi autonomie seniors a lancé une expérimentation dès le mois de septembre, en proposant l'offre seniors d'HappyVisio. Il conviendra d'identifier si cette offre correspond aux attentes des retraités de la région et si elle est maintenue ou non sur du plus long terme.

2.4.3 ADAPTATION DES OUTILS DE COMMUNICATION

En lien avec l'évolution de l'offre Défi autonomie seniors, les supports de communication ont eux aussi évolué. Le flyer générique de présentation de l'activité, à destination du grand public a été mis à jour, en corrélation avec l'évolution de la charte graphique. Une plaquette à destination des partenaires de proximité, permettant de retrouver des informations essentielles sur la mise en place de parcours, a été créée.



Figure 26 : Plaquette de présentation à destination des partenaires de proximité



Figure 27 : Flyer de présentation à destination du grand public

En complément, un kit de communication personnalisé, permettant de promouvoir les actions a été conçu avec des gabarits d'affiches et flyers selon les ateliers mis en place. Ces éléments sont plus complet que les précédents outils utilisés puisqu'ils ont pour but de présenter succinctement les actions pour donner plus facilement l'envie aux participants de s'y inscrire. Cela garanti la mise en avant des logos des membres fondateurs et partenaires financiers avec une personnalisation avec le logo du partenaire de proximité.



Figure 28 : Exemple d'un gabarit de flyer pour promouvoir un atelier



Figure 29 : Exemple d'un gabarit d'affiche pour promouvoir une conférence

En complément, à l'occasion de chaque événement « Webconférence », un bandeau de communication est édité. Il est visible sur le site internet de Défi autonomie seniors, les réseaux sociaux ainsi qu'en signatures de mails de l'ensemble des collaborateurs.

2.4.4 MAÎTRISER LA PRESTATION DE SERVICES

Désormais, Défi autonomie seniors s'appuie sur un réseau de prestataires experts qui sont majoritairement des professionnels de santé libéraux au sein des territoires. Ces professionnels ont une expertise au sein de la thématique fléchée et ont un ancrage territorial qui permet d'accompagner en individuel ou d'orienter les individus selon les problématiques individuelles rencontrées.

La prestation est aujourd'hui maîtrisée, le tout dans une démarche qualité.

Chaque action est labellisée par un cahier des charges certifié par Défi autonomie seniors garantissant une réponse adaptée aux besoins des seniors des territoires, une meilleure représentativité des caisses de retraite et le déploiement d'actions homogènes au sein des thématiques, dans les différents territoires de la région. Les prestataires de services sont sélectionnés par les chargés de projets et d'animation, formés en interne par Défi autonomie seniors ou en partenariat avec la caisse centrale Mutualité Sociale Agricole, et accompagnés par l'ensemble de l'équipe. Les prestataires bénéficient d'un kit d'animation mis à leur disposition en fin de formation, sans utilisation en dehors de la collaboration établie et sans modification sans accord préalable.

Chaque prestation est encadrée par une présence en première et dernière séance de l'atelier, par le chargé de projets et d'animation du territoire et en intermédiaire si besoin.

Pour encadrer les interventions, un contrat de prestation de service est établi avec chaque prestataire reprenant les obligations des deux parties et garantissant la réalisation de d'animation d'ateliers de prévention avec un engagement minimum de réalisation réciproque.

Un réseau de prestataires s'est progressivement constitué en 2023 autour d'une soixantaine de professionnels identifiés en région, formés ou inscrits à une session de formation sur une ou plusieurs thématiques :

- 17 sur la mémoire,
- 23 sur le sommeil,
- 15 sur le bien-vieillir,
- 15 sur la prévention des chutes
- 13 sur l'activité physique adaptée,
- 19 sur la nutrition,
- 9 sur le bien-être.



Figure 30 : Réseau de prestataires en région en fin d'année 2023.

En 2023, **6 sessions** de formation ont été proposées au second semestre.

2.4.5 RELATIONS PARTENARIALES

Également, pour renforcer les relations avec les partenaires de proximité avec lesquels nous travaillons déjà et pour développer de nouveaux partenariats, au sein des territoires prioritaires, nous avons organisés trois webinaires de présentation de la nouvelle offre.

- Jeudi 19 octobre,
- Mardi 07 novembre,
- Jeudi 23 novembre.

Nous avons comptabilisé 175 inscrits pour 117 participants.

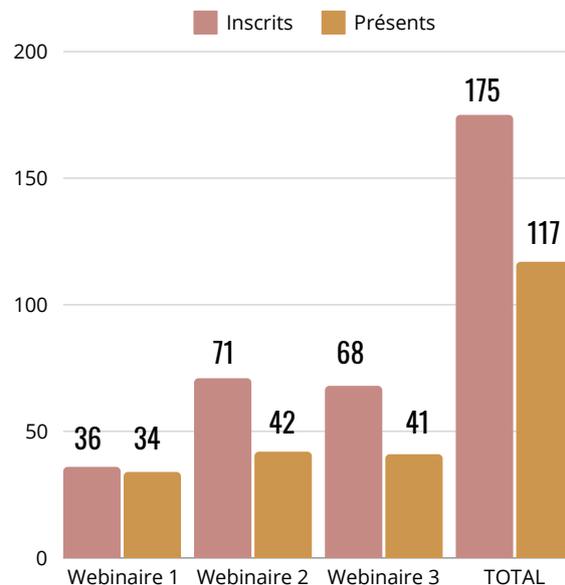
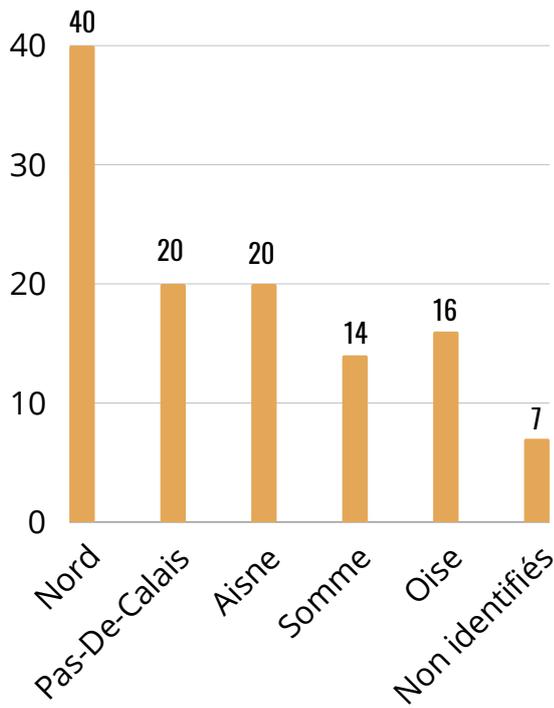


Figure 31 : Nombre de partenaires inscrits et présents aux 3 webinaire



Sur les 117 partenaires connectés, 103 sont des partenaires avec lesquels Défi autonomie seniors n'a jamais travaillé.

Figure 33 : Origine géographique des partenaires de proximité connectés

Enfin, nous avons travaillé sur la mise en place de chartes d'engagement pour renforcer le rôle des partenaires des territoires et garantir la mise en place de parcours de prévention répondant aux besoins des seniors.

Les tâches du partenaire comprennent notamment :

- L'étude des besoins,
- La co-construction d'un parcours adapté,
- La communication,
- La gestion des inscriptions,
- Ainsi que la sensibilisation du public à l'importance de suivre l'ensemble des modules d'un même atelier.



CHARTRE D'ENGAGEMENTS

Fiche projet BAR-PI-05

Défi autonomie seniors	Le partenaire de proximité
CONTACTS	
<ul style="list-style-type: none"> Préciser le représentant disponible et investi du pouvoir de décision, qui sera l'interlocuteur privilégié du partenaire de proximité : <p>Margaux GRUIT, chargée de projets et d'animation pour Défi autonomie seniors gruit.margaux@defi-autonomie-seniors.fr</p>	<ul style="list-style-type: none"> Désigner un représentant disponible et investi du pouvoir de décision, qui sera l'interlocuteur principal du chargé de projet dans la construction du parcours de prévention : <p>Katia Maupin katia.milan@panthieu-marquenterre.fr 09 70 20 00 62</p>
PARCOURS DE PREVENTION	
<ul style="list-style-type: none"> Mettre à disposition du partenaire les éléments nécessaires à la mise en place d'une étude de besoins (conférences, document de recueil des besoins, etc.) 	<ul style="list-style-type: none"> Étudier les besoins de seniors Construire, en lien avec le chargé de projet, le parcours de prévention en adéquation avec les besoins recensés <p>Action mise en place : Bienvenue à la retraite, les 19 et 26 mars de 9h30 à 16h30 à Nouvion</p>
COMMUNICATION	
<ul style="list-style-type: none"> Fournir les éléments de communication nécessaires à la mise en œuvre des actions : les éléments de communication « Défi autonomie seniors » sont fixes, seuls les éléments ci-après sont personnalisables : logo du partenaire, commune de réalisation (et non adresse complète), contact pour les inscriptions. Aucune autre information ne pourra être ajoutée. Aider à la promotion de l'action à la demande du partenaire ou si le chargé de projet juge que cela est nécessaire. Fournir au partenaire le document « Liste des inscrits ». 	<ul style="list-style-type: none"> Intégrer le bandeau « Défi autonomie seniors » sur tous les supports de communication réalisés et les envoyer au chargé de projets pour validation ou utiliser les supports de communication mis à disposition par Défi autonomie seniors. Communiquer auprès des seniors dès 55 ans, de la commune et des communes limitrophes, en amont et dès la programmation de l'atelier [Courriel, courrier, affiches, issu local...]. Sensibiliser les seniors à l'importance de suivre l'ensemble des modules d'un même atelier Constituer une liste de 10 participants minimum pour un atelier (6 pour un atelier « Bienvenue à la retraite ») Constituer une liste de 30 participants minimum pour une conférence. Alerter le chargé de projet si le minimum de participants requis ne semble pas pouvoir être atteint dans les temps impartis.



2.4.6 MODÈLE ORGANISATIONNEL RESSOURCES HUMAINES

Pour déployer cette nouvelle offre, l'équipe s'est agrandie, passant de 5 salariés en début d'année 2023 à 10 en fin d'année. Une équipe dynamique pour un avenir prometteur.

L'équipe est organisée en 2 pôles :

- Un pôle administratif, financier et offre de service,
- Un pôle développement et animation territoriale.

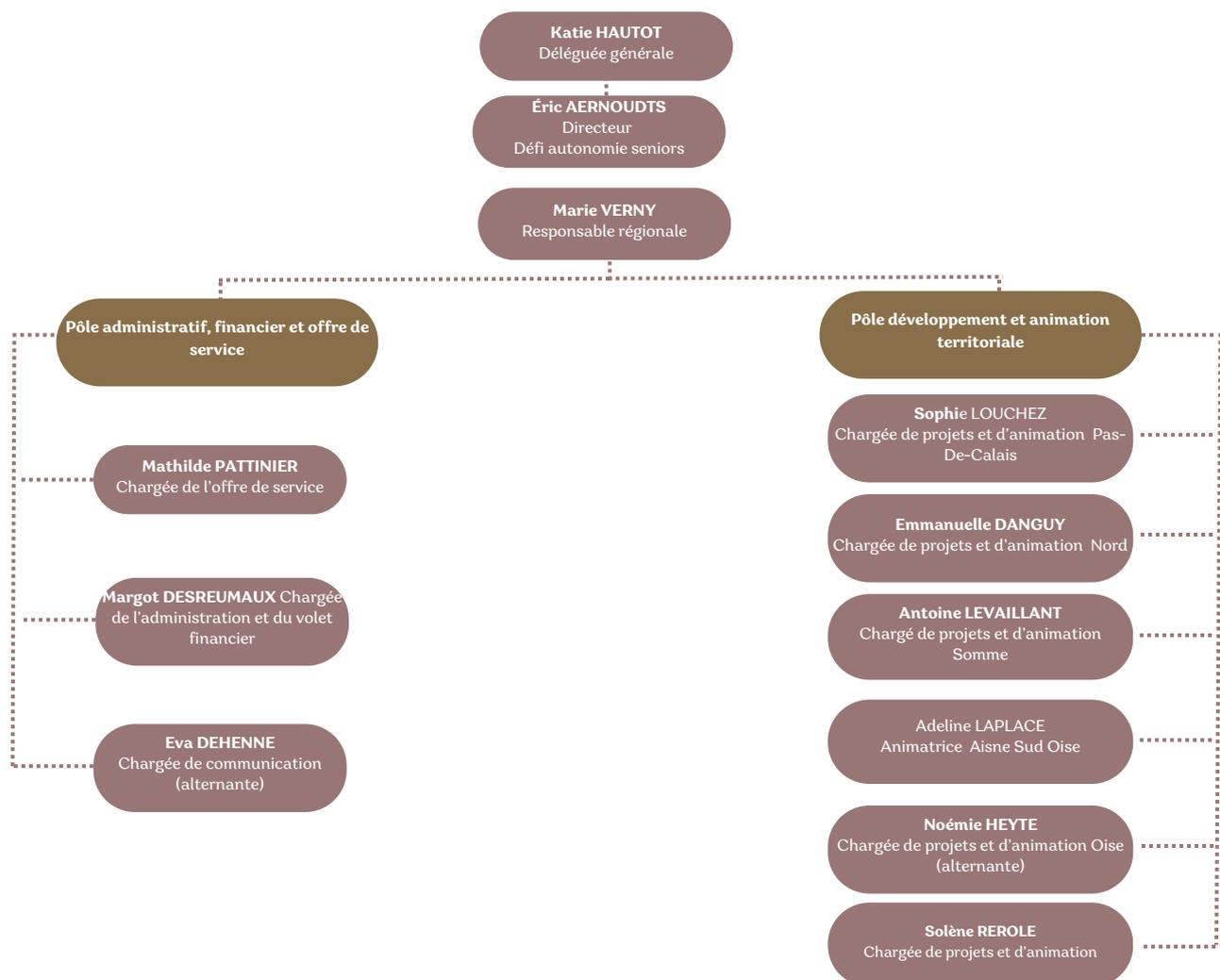


Figure 32 : Organigramme de l'équipe Défi autonomie seniors en fin d'année 2023

Au sein du pôle administratif, financier et offre de services, on retrouve 3 collaboratrices :

➤ **Mathilde PATTINIER, chargée de l'offre de service**



- Création, mise à jour, adaptation des cahiers des charges des ateliers déployés,
- Déploiement des kits d'animation propre à chaque thématique,
- Assure la formation des chargés de projets et prestataires externes au déploiement des ateliers,
- Coordonne l'évaluation et s'assure du suivi et du reporting, dans le respect des règles RGPD.

➤ **Margot DESREUMAUX, chargée de l'administration et du volet financier**

- Gestion administrative et financière du groupement,
- Assure le suivi global de la programmation des actions, le respect de la programmation des actions dans le cadre des appels à projets et s'assure du respect de l'enveloppe budgétaire.
- Soutien la responsable du groupement dans le suivi des dossiers administratifs, budgétaires et administratif RH.



➤ **Eva DEHENNE, chargée de communication en alternance**



- Contribue à l'évolution de la charte graphique du groupement, réalise et met à jour les supports et outils de communication du groupement (affiches, flyers, plaquettes d'informations, motion design...)
- Etabli un calendrier éditorial et assurer la création et l'envoi des newsletter mensuel et contribue à la mise à jour régulière le site internet
- Community management de la page Facebook et LinkedIn.

Au sein du pôle développement et animation territoriale, on retrouve 6 collaborateurs, au poste de chargé de projets et d'animation :



Sophie LOUCHEZ



Emmanuelle DANGUY

Les chargées de projets et d'animation du territoire du Nord et du Pas-de-Calais



Adeline LAPLACE



Antoine LEVAILLANT

Les chargé(e)s de projets et d'animation du territoire de la Picardie



Noémie HEYTE



Solène REROLE

➤ Leurs missions

- Mettre en place des actions de prévention du bien-vieillir, de sensibilisation à la santé et de préservation de l'autonomie des seniors, adaptées aux besoins et aux attentes des seniors des territoires,
- Intervenir dans une zone déterminée en collaboration avec les partenaires locaux et les experts du bien-vieillir, et assurer la pérennité des actions déployées,
- Coordonner les prestataires de services selon les modalités du territoire ou animer les actions en l'absence de prestataire ou pour tester de nouveaux thèmes,
- Évaluer les actions mises en place pour garantir leur qualité et s'assurer de leur impact sur le comportement des individus et sur les sujets définis.

➤ Les bénévoles

Précédemment, Défi autonomie seniors formait des bénévoles au sein des territoires qui souhaitent s'engager dans l'animation des ateliers. À la suite de la professionnalisation de ces missions, le rôle des bénévoles est désormais à repenser autour de missions d'ambassadeur de l'offre de services au sein des territoires, mobilisation du public et engagement dans l'offre de pérennisation. Les bénévoles seront consultés pour recueillir leurs attentes autour de ces nouvelles tâches.

2.4.7 FINANCEMENT ET MODÈLE ÉCONOMIQUE

2.4.7.1 MODÈLE ÉCONOMIQUE

Des travaux ont été menés afin de repenser un modèle économique qui ne correspondait plus aux attentes des caisses de retraites fondatrices. Avec une feuille de route clarifiée, il est nécessaire de maîtriser l'offre et les coûts associés. L'objectif étant de construire un modèle économique avec une vision pluriannuelle sans variation trop conséquente des sommes à versées selon les années et de stabiliser le budget pour les trois prochaines années avec des moyens constants, tout en prenant en compte l'arrivée de l'Agirc Arrco.

Ainsi, un nouveau modèle économique avec une stabilité pluriannuelle, a été validé.

Ainsi le budget se construit désormais en 3 sous-parties pour l'enveloppe produits :

- Part fixe membre fondateur,
- Part fixe partenaires financiers,
- Part variable appels à projets.

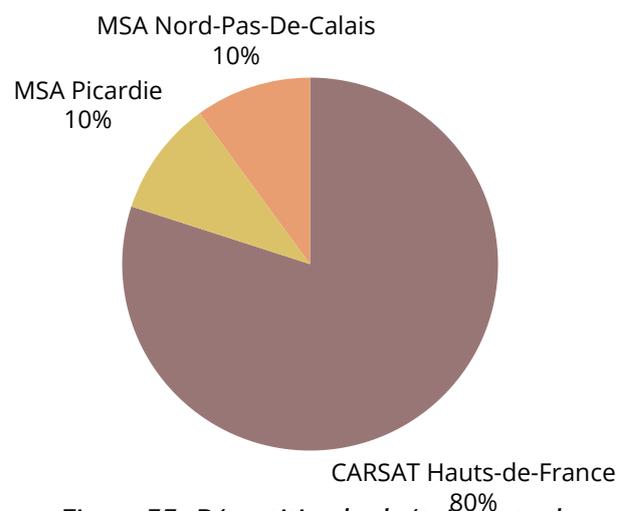


Figure 33 : Répartition budgétaire entre les membres fondateurs à compter de 2024

2.4.7.2 COÛT DES ATELIERS DE PRÉVENTION

➤ Prestations de service

Afin de maîtriser pleinement la prestation de services, il a été nécessaire de mener des travaux autour de la rémunération des intervenants pour définir des tarifs cohérents et identiques entre les différents intervenants.

La prestation de service est rémunérée selon un tarif horaire, incluant :

- Le coût d'intervention de l'intervenant,
- Un forfait kilométrique (sur un rayonnement défini),
- Un temps de préparation et un temps de bilan,
- D'éventuels frais d'impressions.

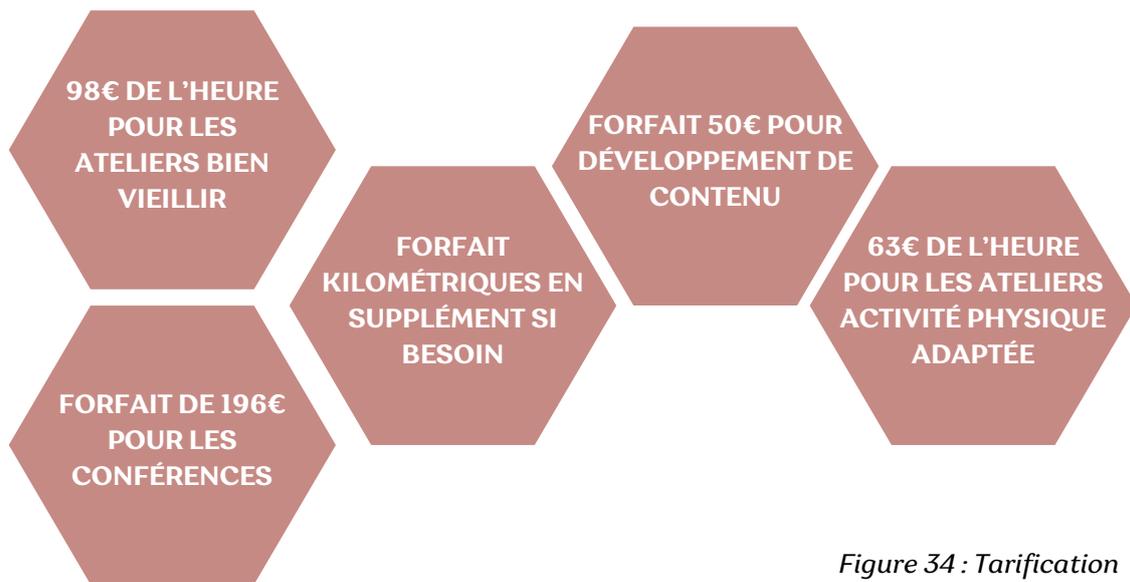


Figure 34 : Tarification

➤ Coût global d'un module pour la structure

Pour connaître le coût global d'un module pour la structure il est nécessaire d'ajouter au coût de la prestation de service, le coût d'ingénierie supportée par l'équipe Défi autonomie seniors.



Figure 35 : Répartition du coût global d'un atelier entre l'ingénierie de projets et la prestation de services

Ainsi la tarification globale des modules s'élève à :

- Coût d'un module « Bien vieillir » : 236 € (pour un module de deux heures),
- Coût d'une module « Activité physique adaptée ou prévention des chutes » : 88 € (pour un module d'une heure).

III. UNE FEUILLE DE ROUTE PLURIANNUELLE 2024 - 2026

Dans le cadre de la feuille de route 2024 - 2026, de grandes trajectoires ont été définies sur 6 grands axes.

➤ Axe 1 - Gouvernance

- Harmoniser les conventions au niveau des membres fondateurs,
- Lancer les travaux d'intégration de l'Agirc-Arrco,
- Renforcer la collaboration entre les caisses de retraite autour de la stratégie régionale bien-vieillir.

➤ Axe 2 - Public cible et territoires

- Stabiliser le modèle et l'étendre progressivement à l'ensemble des territoires prioritaires,
- Adapter l'offre pour atteindre un public plus jeune,
- Renforcer l'aller-vers,
- Sensibiliser les retraités fragilisés.

➤ Axe 3 - Offre de service

- Renforcer la notion de parcours au sein des territoires prioritaires,
- Adapter les contenus avec des approches adaptées pour un public plus jeune,
- Renforcer l'évaluation et la rendre plus scientifique. (en partenariat avec UniLaSalle Beauvais sur la thématique nutrition),
- Répondre aux besoins de nouveaux partenaires au sein des territoires,
- Développer de nouveaux ateliers au sein de la thématique prévention santé :
 - °Addictions,
 - °Vie affective et sexuelle,
 - °Déficiences sensorielles,
 - °Maladies cardio-vasculaires (*dans un second temps, après échanges et positionnement vis-à-vis des CPAM*).
- Proposer un atelier sur l'Habitat en complémentarité avec les objectifs caisses
- Faire évoluer l'axe numérique vers l'axe autonomie numérique, *en lien avec l'atelier proposé par la CARSAT sur certains territoires avec les centres sociaux.*
- Développer une offre adaptée pour les retraités fragilisés en collaboration avec des partenaires régionaux afin de créer une expérimentation réussie qui pourra être étendue :
 - °Construire une offre
 - °Expérimenter
 - °Ajuster
 - °Étendre

➤ **Axe 4 - Prestation de services**

- Elargir l'annuaire des prestataires de services sur les territoires,
- Poursuivre les sessions de formation à l'animation de nos ateliers,
- Accompagner les prestataires de services pour garantir la qualité de l'offre de services,
- Évaluer les prestataires et ajuster l'offre si nécessaire,
- Encourager l'amélioration continue et la démarche qualité des services proposés.

➤ **Axe 5 - Relations partenariales**

- Développer de nouveaux partenariats au sein des territoires prioritaires :
- Nouer des partenariats avec des partenaires prescripteurs : Maison de Santé, CPTS, Maisons sport santé,
- Envisager une présentation auprès de l'ARS,
- Identifier de nouveaux partenaires à solliciter.

➤ **Axe 6 - Modèle organisationnel**

- Accompagner les collaborateurs dans le développement des compétences,
- Clarifier le rôle et le périmètre d'intervention des bénévoles,
- Stabiliser le modèle actuel,
- Améliorer les réponses aux appels à projet.

POUR CONCLURE

L'année 2023 a marqué une période de transition et de transformation majeure pour Défi Autonomie Seniors. En approuvant la feuille de route, les membres fondateurs ont initié un processus de changement ambitieux pour adapter un nouveau modèle en accord avec les enjeux sanitaires, sociaux et de prévention des caisses fondatrices.

Cette année charnière a été une transition réussie pour Défi Autonomie Seniors, caractérisée par des ajustements progressifs et l'émergence d'un nouveau modèle prometteur.

La collaboration entre les membres fondateurs, l'équipe et les partenaires a scellé les bases d'une feuille de route pluriannuelle ambitieuse pour l'avenir. Il sera maintenant crucial de continuer à développer des parcours de prévention adaptés aux besoins des seniors des territoires, tout en renforçant les partenariats et en ciblant les publics les plus vulnérables et éloignés des messages de prévention.

Il faudra renforcer le maillage territorial pour couvrir l'ensemble des territoires prioritaires en matière d'actions collectives de prévention, ainsi que pour répondre aux besoins de nouveaux partenaires locaux. Le développement de nouveaux ateliers restera un travail constant, notamment autour de la thématique prévention-santé, mais aussi en réponse aux besoins spécifiques des territoires, pouvant conduire à l'exploration de nouvelles thématiques.

Pour garantir une offre de qualité, il sera essentiel de continuer à accompagner et évaluer nos prestataires de services, en ajustant l'offre si nécessaire, tout en élargissant notre répertoire de prestataires selon les besoins locaux.

Il sera également nécessaire de renforcer l'évaluation des actions collectives de prévention afin de mesurer l'évolution du comportement, en s'appuyant sur une analyse scientifique.

Enfin, il sera primordial de stabiliser notre modèle organisationnel, de renforcer la collaboration entre les caisses de retraite, et de commencer la refonte des statuts en vue de l'intégration de l'Agirc Arrco au premier semestre 2025. Prendre du recul sur les perspectives de développement de la structure sera également essentiel.

Les projets futurs s'annoncent riches en innovation et engagement pour permettre aux futurs, jeunes retraités et retraités, des Hauts-de-France de bien vieillir !



www.defi-autonomie-seniors.fr

Nous contacter :

contact@defi-autonomie-seniors.fr

03.21.24.61.28



**POUR BIEN
VIEILLIR**



santé
famille
retraite
services

Nord Pas de Calais et Picardie

Carsat Retraite
& Santé
au travail
Hauts-de-France



Caisse nationale de retraites
des agents des collectivités locales

ircantec

La retraite complémentaire publique

Camieg

