

Association ATOUT AGE ALSACE

Ateliers de prévention au profit des seniors d'Alsace
Préservation de l'autonomie et du lien social

Membres de l'association :
CARSAT Alsace-Moselle, MSA Alsace,
Génération Mouvement Bas-Rhin, CAAA Bas-Rhin, CAMIEG

Appel à projets 2021 Cahier des charges

Date limite de dépôt des candidatures :

18/01/2021

I – Contexte

II – Objectifs

III – Modalités d'intervention

IV – Population cible

V – Thématiques

VI – Critères de sélection retenus par ATOUT AGE ALSACE

VII – Financement

VIII – Composition du dossier

IX – Dépôt des dossiers de candidature

I – Contexte

En cohérence avec la *loi d'orientation et de programmation pour l'adaptation de la société au vieillissement*, les caisses de retraite des régimes général, agricole et des indépendants s'associent pour développer une politique de prévention et de préservation de l'autonomie des personnes âgées s'inscrivant en complémentarité de l'action des départements. Une attention particulière est apportée aux retraités socialement fragilisés, notamment en raison de leur âge, de leur isolement social et de leurs conditions de vie en leur proposant une offre de services diversifiée basée sur un accompagnement pour bien vivre sa retraite.

Pour se faire, la Carsat Alsace-Moselle, la MSA Alsace, Générations Mouvement Bas-Rhin, la CAMIEG et la CAAA Bas-Rhin se sont regroupés autour de l'association : **ATOUT AGE ALSACE**

Par ailleurs, la CNRACL, IRCANTEC, Mutualia et le Régime Local Agricole contribue au financement des actions de prévention.

A travers le présent appel à projet, Atout Age Alsace développe sa politique de prévention facilitant l'accès aux retraités à des actions collectives multithématiques, permettant de prévenir la perte d'autonomie et de maintenir le lien social.

L'objectif est de favoriser le "Bien vieillir" et de soutenir l'émergence d'initiatives en matière de prévention de la perte d'autonomie des personnes retraitées non dépendantes.

Pour répondre à la problématique pandémique de la Covid-19, les projets susceptibles d'être financés sous forme de subvention concerneront

- la mise en place d'ateliers collectifs de prévention en distanciel avec un temps d'échange indispensable pendant la séance pour favoriser l'interactivité (via audio ou chat) mais n'intégreront pas d'achats de matériel
- l'organisation d'ateliers en présentiel (lorsque la situation sanitaire le permettra),

II – Objectifs des actions collectives

- Préserver l'autonomie des personnes retraitées
- Améliorer la qualité de vie
- Renforcer le lien social
- Entretenir le capital santé
- Lutter contre les situations de fragilité sociales et économiques

III – Modalités d'intervention

Ces actions de prévention sont déclinées sous forme d'ateliers collectifs, développés en plusieurs séances d'1 heure 30 chacune au minimum sauf pour les ateliers Bouger pour rester Actifs, 1h minimum (pour le distanciel, le temps pourrait être aménagé).

- concernant les ateliers collectifs en distanciel qui devront être réalisés prioritairement au 1er semestre 2021 (en visio-conférence, audio/téléphone ou des interventions filmées ou toute autre modalité permettant une interaction avec les participants), l'opérateur guide les utilisateurs pour la connexion via une plateforme. (lien de connexion ou tutoriel).
- pour les ateliers en présentiel (dans le cas d'une amélioration de la situation sanitaire), l'opérateur garantira le respect des gestes barrières et des protocoles sanitaires en cours

Chaque atelier donne lieu à une évaluation quantitative et qualitative initiale et en fin de cycle permettant de visualiser l'impact des ateliers sur la vie quotidienne des participants et d'apprécier leur satisfaction. Les outils d'évaluation sont fournis par Atout Age Alsace (version dématérialisée pour les ateliers en distanciel).

IV – Population cible

Toutes les personnes retraitées vivant à domicile (GIR 5 et 6) sur le territoire alsacien

V – Thématiques des actions collectives – Nombre – Territoires

En 2021, ATOUT AGE ALSACE recherche des promoteurs pour réaliser des ateliers, sur les thématiques suivantes

	modalités		Thèmes	Objectifs	Nombre de séances
	En présentiel	En distanciel			
1	oui	oui <i>Ex : Yoga, gym douce, renforcement musculaire...</i>	Bouger pour rester actifs (en prenant les précautions d'usage pour éviter les risques)	<ul style="list-style-type: none"> Promouvoir l'activité physique au travers de différentes activités Activité physique régulière, progressive, adaptée, sécurisée Sensibiliser à une activité physique dans le cadre d'une démarche pérenne 	5
2	oui	non	Prévention des chutes	<ul style="list-style-type: none"> Prévenir les chutes, travailler et entretenir son équilibre par des conseils et des exercices de mise en pratique 	<ul style="list-style-type: none"> - 1 séance de lancement - 10 séances d'exercices - 2 séances d'évaluation
3	oui	oui	Mieux vivre son logement	<ul style="list-style-type: none"> Sensibiliser les participants aux solutions de prévention permettant à chacun de vivre à domicile en toute sécurité et de connaître les moyens existants en termes d'aménagement du logement. Sensibiliser aux risques à domicile Présenter les aides techniques, l'adaptation du logement ainsi que les solutions alternatives Présenter les aides financières existantes Mettre l'atelier en continuité avec les ateliers équilibre 	3
4	oui	oui	Plaisirs de la table	<ul style="list-style-type: none"> Promouvoir les comportements nutritionnels favorables à une approche globale et positive du Bien vieillir Connaître les repères de consommation du PNNS Respecter les rythmes quotidiens des repas - Renforcer le lien social Inciter à la pratique d'une activité physique régulière et adaptée 	6
5	oui	Non	A l'aise sur le net : du numérique pour les seniors	<ul style="list-style-type: none"> Proposer une pédagogie simple et adaptée aux seniors pour utiliser un ordinateur/tablette/smartphone Naviguer avec plus de sécurité sur internet Savoir consulter les sites institutionnels de prévention en faveur du bien vieillir Inscrire et suivre son dossier personnel au niveau des sites utilisés pour la gestion des droits (retraite, allocation logement, remboursement de soins...)... 	5
6	oui	oui	Bienvenue à la retraite	<ul style="list-style-type: none"> Permettre aux nouveaux retraités d'appréhender leur vie à la retraite avec sérénité avec une approche psycho sociale de la retraite Promouvoir le lien social : Activités et projets. Prendre soin de sa santé. Bien vivre chez soi, confort et économie d'énergie Connaître les démarches administratives et juridiques, avoir une connaissance des acteurs associatifs 	3 à 4

7	oui	oui <i>Modules théoriques</i>	Conduite et prévention routière	<ul style="list-style-type: none"> • Séance théorique et pratique pour prévenir les accidents et améliorer la sécurité au volant : conseils pour la gestion des situations dangereuses, mise en pratique de la conduite pour revoir ses habitudes et tester les réflexes sur la route 	1 journée
8	oui	oui	Bien sous la couette	<ul style="list-style-type: none"> • Permettre aux seniors de prendre conscience de l'importance de la vie affective dans leur épanouissement personnel, leur équilibre et leur confiance en eux. • Permettre une réflexion autour de l'avancée en âge dans la vie de couple, l'évolution des rapports, les modifications du corps • Vivre les changements 	4
9	oui	oui	Bien dans sa tête à la retraite	<ul style="list-style-type: none"> • Repérer les nombreux changements physiques et psychiques en avançant en âge, parvenir à les accepter. Comprendre nos mécanismes de protection, reprendre confiance en soi, gérer ses troubles émotionnels, adopter une certaine hygiène de vie, pour éviter autant que possible les passages à vide, la déprime voire la dépression 	5
10	oui	oui	Bien dormir, c'est possible !	<ul style="list-style-type: none"> • Comprendre les évolutions du sommeil notamment les éveils nocturnes. • Repérer les troubles du sommeil, leurs causes et leurs conséquences. • Fournir des repères, des conseils et des recommandations favorisant une bonne hygiène de sommeil. 	6
11	oui	oui <i>(en s'assurant que la séance ne présente pas de risque psychique pour la personne)</i>	Bien être : relaxation et sophrologie	<ul style="list-style-type: none"> • Découvrir les techniques de relaxation basées sur des exercices de respiration et de détente souvent utilisées pour combattre le stress et gérer les émotions par un état de détente. 	5

* Les référentiels concernant le contenu des ateliers « thématiques socles » (Bienvenue à la retraite – Activités Physiques Adaptées – Equilibre – Alimentation – Mémoire – Habitat- Sommeil) figurent sur le site [pourbienvieillir.fr/espace pro/médiathèque](http://pourbienvieillir.fr/espace-pro/médiathèque) en savoir plus

VI – Critères d'instruction des dossiers

1) Compétence

Ne pourront être étudiés que les dossiers présentés par des organismes publics ou privés dont les équipes porteuses font apparaître les **compétences nécessaires à la réalisation du projet et à l'animation de la thématique**, ou pouvant faire appel à des compétences extérieures

2) Digitalisation des ateliers

La crise sanitaire de la covid 19 et les mesures sanitaires imposent de revoir les méthodes d'animation et les programmes proposés. Actuellement la constitution de groupe pour la mise en place des ateliers, conférences est fortement déconseillée. Le public des personnes retraitées présente un critère de fragilité, largement démontré, face à cette pandémie.

Afin de maintenir une activité en direction des personnes retraitées, l'association AAA encourage l'ensemble des opérateurs à proposer des solutions alternatives pour l'animation des groupes en particulier le déploiement des ateliers en distanciel.

Pour les opérateurs, ayant des difficultés pour la diffusion des séances d'animation, il sera nécessaire de prendre contact avec l'association Atout Age Alsace.

Ainsi, pour chaque thématique, les opérateurs déposant un dossier doivent indiquer s'ils sont en capacité de dispenser les ateliers :

- A distance via téléphone, visio-conférence ou toute autre modalité permettant une interaction avec les participants,
- En présentiel en indiquant le territoire d'intervention

3) Prise en compte des fragilités

Une attention particulière est accordée aux projets :

Pour le distanciel :

- proposant des solutions concrètes de mobilisation des personnes pour constituer les groupes en distanciel,
- assurant le suivi du groupe durant toutes les séances
- apportant la garantie d'adapter les exercices aux participants pour le distanciel – et/ou de permettre une interaction avec le groupe lors des séances
- proposant une diffusion sur l'ensemble du territoire

Pour le présentiel

- proposant d'intervenir sur des territoires peu ou pas fournis en offre de prévention seniors (cf : cartographie zone blanche - annexe 2) Le choix du ou des territoires doit être précisé et motivé.
- Mettant l'accent sur la mise en pratique des conseils prodigués lors des ateliers

4) Coût

Le coût des prestations est un élément déterminant dans la sélection des dossiers ainsi que la bonne réalisation des ateliers des années précédentes.

Aucune vente de produits et services ou publicité ne peut être réalisée dans le cadre du projet déposé.

VII – Déroulement des actions

1) Démarrage des actions

Le projet de programmation des actions concernant leur implantation et leur calendrier devra être approuvé par Atout Age Alsace avant sa mise en oeuvre, ceci afin de veiller à une planification harmonieuse sur le terrain.

L'action doit obligatoirement démarrer en 2021 et s'achever au 31/12/2021. Toute demande de dérogation devra être soumise pour validation à Atout Age Alsace au plus tard au 31/10/2021.

Au moins 2 mois avant la 1ère séance, ATOUT AGE ALSACE est informée de sa date et du lieu de l'action.

A l'issue de la 1ère séance, ATOUT AGE ALSACE est informée des résultats de l'évaluation initiale (état des lieux, nombre de bénéficiaires...). Un minimum de 6 participants est requis pour que l'atelier en distanciel et 8 participants pour les ateliers en présentiel (à revoir selon les dispositions de la situation sanitaire). Une convention de partenariat prévoit les modalités financières de prise en charge de cette 1ère séance en cas d'interruption de l'atelier.

Une programmation détaillée des ateliers est indispensable.

Toutes ces informations sont à transmettre par mail dans les délais indiqués.

2) Méthodologie

L'opérateur a en charge les missions suivantes :

➤ Communication :

- cibler et informer le public
- valoriser l'association ATOUT AGE ALSACE dans les supports de communication et lors des animations, conformément à la charte qualité ; le logo de ATOUT AGE ALSACE figure sur les documents de communication de l'action. Un support de présentation de l'Association sera remis à l'opérateur.

ATOUT AGE ALSACE apportera son appui au promoteur :

- apportera un soutien technique et logistique pour la diffusion des ateliers en distanciel
- en lui fournissant le fichier informatique d'un tract, que le promoteur pourra diffuser par courriel, et/ou imprimer et distribuer
- en envoyant des tracts par courrier à la Mairie, aux pharmacies, aux centres médico-sociaux, aux clubs Générations Mouvement, et aux participants à de précédents ateliers s'étant déroulés dans le même secteur géographique
- en informant la presse locale du démarrage de l'atelier, ainsi que ses partenaires départementaux et régionaux pour qu'ils relaient l'information dans leurs réseaux

L'opérateur devra :

- rechercher la salle
- se concerter avec les acteurs locaux (coordination avec les autres actions proposées aux seniors sur le secteur géographique proche)

➤ Mise en œuvre de l'atelier :

- définir et proposer une démarche projet avec rétro-planning précis (conférence, le cas échéant + ateliers + bilan)
- détailler les étapes et les intervenants professionnels, y compris le contenu de chacune des séances

Dans le cas de reprise des ateliers en présentiel, la mise en œuvre et respect des mesures sanitaires est imposée

- Respect des consignes sanitaires transmises par ATOUT AGE ALSACE, en fonction des protocoles décidés par les pouvoirs publics (distanciation, mesures barrières, port du masque, etc)
- Mise à disposition du matériel nécessaire (gel hydro alcoolique, lingettes, etc)

➤ Evaluation :

- établir le bilan quantitatif et qualitatif
- évaluer les connaissances et le changement induit auprès du public
- vérifier l'assiduité des participants au parcours

L'évaluation qualitative et quantitative, intégrant le nombre de ressortissants de chaque régime, est réalisée dans un cadre contractuel : les formulaires types d'évaluation et d'analyse de l'action menée, mis à disposition par ATOUT AGE ALSACE, devront être obligatoirement remplis et renvoyés à ATOUT AGE ALSACE.

ATOUT AGE ALSACE est invitée aux réunions de suivi et de bilan de l'action et destinataire des comptes rendus relatifs à l'action.

L'évaluation finale de l'action financée doit parvenir à ATOUT AGE ALSACE dans les 15 jours qui suivent la dernière séance.

VII – Financement

ATOUT AGE ALSACE finance intégralement le projet sur la base du budget prévisionnel joint au dossier de candidature. Un acompte est versé et le solde est ajusté, s'il est inférieur au prévisionnel uniquement, en fonction du bilan de l'atelier. L'ensemble des documents est établi au nom du porteur du projet pour être retenu par ATOUT AGE ALSACE.

Toutes révisions à la hausse du budget prévisionnel devra être justifié et fera l'objet d'une étude par AAA avant validation.

Après avis favorable sur tout ou partie de la candidature, une convention est adressée au porteur de projet précisant les modalités financières, de suivi et de partenariat. Le financement est attribué après signature de la convention entre le porteur du projet et ATOUT AGE ALSACE.

Les décisions prises par ATOUT AGE ALSACE ne peuvent faire l'objet d'aucun recours ou de procédure d'appel.

Toutefois, la disponibilité budgétaire et financière de l'Association AAA pour l'exercice concerné conditionnera le principe de mise en œuvre de l'atelier et le versement de la subvention.

VIII – Composition du dossier de candidature

Le dossier de candidature se compose des documents suivants :

- Fiche de candidature complétée, datée et signée, (document à télécharger sur le site www.atoutagealsace.fr)
- Statuts signés de la structure qui fait la demande, précisant la composition et les fonctions du bureau ou du conseil d'administration,
- Attestation du numéro de SIRET (obligatoire),
- Attestation originale de l'URSSAF précisant que le demandeur est à jour du versement de ses cotisations sociales (si composé uniquement de bénévoles, le préciser) téléchargeable sur le site de l'URSSAF, ou attestation d'affiliation MSA,
- Relevé d'identité bancaire au format IBAN,
- Rapport d'activité le plus récent,
- Budget prévisionnel du ou des ateliers faisant l'objet de la candidature, (modèle à télécharger sur le site www.atoutagealsace.fr)
- Documents détaillés de présentation pédagogique précisant le contenu de chaque séance de l'atelier.
- Copie des diplômes de qualification pour la thématique des intervenants

IX – Dépôt des dossiers de candidature

Les dossiers de candidature doivent être envoyés à ATOUT AGE ALSACE
au plus tard le 18/01/2021

soit via notre site internet www.atoutagealsace.fr

soit par courriel à atoutagealsace@gmail.com

Ils sont conservés sous format papier par l'opérateur pour être présentés sur demande de ATOUT AGE ALSACE le cas échéant.