



Dossier de presse

Un programme de soutien et de maintien de l'autonomie des seniors : « Le plaisir de bien vieillir, votre santé personnalisée »

Dans le cadre de ses actions de promotion de la santé de proximité sur les territoires, la Mutualité Française Centre-Val de Loire (MFCVL), en partenariat avec la Communauté de communes Loches Sud Touraine, la MSAP / La Poste de Montrésor, le Conseil départemental d'Indre-et-Loire dans le cadre de la conférence des financeurs de la perte de l'autonomie des personnes âgées et la Carsat, met en place un programme de soutien et de maintien de l'autonomie des seniors, « Le plaisir de bien vieillir » sur les communes de Genillé et Montrésor.

Ce dispositif sera initié à l'occasion d'une journée santé multithématique gratuite, le jeudi 9 septembre 2021 de 10h à 12h30 et de 13h30 à 17h30, à la salle des fêtes de Genillé, rue du stade. Des ateliers thématiques seront ensuite proposés jusqu'en décembre à Genillé et Montrésor.

Une journée de prévention à destination des seniors

Lors de cette journée de lancement, les seniors pourront bénéficier de la présence de plusieurs professionnels de santé (audioprothésiste, opticien...) et de chargés de missions en santé publique afin d'échanger sur différentes thématiques et de réaliser des tests de repérage (vision, audition). Ce temps fort leur permettra également de découvrir l'ensemble du dispositif articulé autour d'ateliers thématiques. L'inscription à cet événement est obligatoire, afin qu'un horaire de passage soit donné à chaque participant et éviter les regroupements.

Un parcours d'ateliers « à la carte »

7 ateliers abordant des thématiques variées (le numérique, l'alimentation, l'équilibre, la mémoire...) et comportant chacun entre 1 et 12 séances seront proposés, afin que chaque participant élabore son propre parcours santé personnalisé pour l'année. A des fins d'engagement, une participation financière de 20 euros est demandée à chacun pour l'ensemble du programme.

Le planning des ateliers est le suivant :

- Numérique : Mardis 21, 28 septembre, 5, 12 et 19 octobre 2021, de 10h à 12h
- Mémoire : Vendredis 24 septembre, 1, 8, 15, 22, 29 octobre, 5, 12, 19, 26 novembre, 3 et 10 décembre 2021, de 9h30 à 10h30
- Equilibre : Vendredis 24 septembre, 1, 8, 15, 22, 29 octobre, 5, 12, 19, 26 novembre, 3 et 10 décembre 2021, de 11h à 12h
- Alimentation : Jeudis 18, 25 novembre, 2, 9 et 16 décembre 2021, de 10h à 12h
- Marche nordique : Vendredi 15 octobre 2021, de 14h à 16h
- Sophrologie : Mardi 16 novembre 2021, de 14h à 16h

La mise en place de ces actions s'inscrit dans le cadre de la politique de coordination de l'Interrégimes afin de proposer des ateliers de prévention accessibles à tous, sur tous les territoires de la région Centre-Val de Loire.

Ce programme est ouvert à toute personne de 60 ans ou plus.
En raison de la situation sanitaire actuelle, une inscription préalable est obligatoire pour participer à la journée de lancement ou aux ateliers.

Renseignements et inscriptions :

Céline Grandjean-Leddé, 02.54.70.59.81 / celine.grandjean@murec.fr

Contact presse :

Margaux DABLANC – 06 75 73 51 30 – margaux.dablanc@murec.fr

Mutualité Française Centre-Val de Loire – 5 – 7 – 9 quai de la Saussaye – 41 000 BLOIS – www.centrevallde Loire.mutualite.fr





Le plaisir de bien vieillir, un programme adapté aux particularités locales:

En France, le nombre de personnes âgées de plus de 60 ans est en augmentation constante. Au 1^{er} janvier 2019, elles représentaient 26,2 % de la population. En région Centre-Val de Loire, le chiffre est plus élevé. Le nombre de personnes âgées de plus de 60 ans représente 29,2 % de la population (Source : Population selon le sexe et l'âge au 1^{er} janvier 2019, INSEE).

Pour participer à l'amélioration de la qualité de vie des seniors, la Mutualité Française Centre-Val de Loire mène donc un programme basé sur une méthode de groupe positive et participative, « Le plaisir de bien vieillir », qui vise à :

- Permettre aux seniors du territoire de repérer des problèmes de santé,
- Entretenir, voire améliorer les capacités physiques, sociales et psychiques des seniors dans le cadre d'un parcours santé long,
- Lutter contre l'isolement, souvent lié au passage à la retraite : diminution des activités, des relations sociales et remaniement des priorités de vie,
- Prévenir les risques liés à l'avancée en âge (ex : prévention des chutes) en adoptant un mode de vie favorable à la santé globale,
- Orienter les seniors vers des activités susceptibles de maintenir un bon état de santé global, suite à leur participation à l'action « Le plaisir de bien vieillir » (activités gym douce, club de seniors...).

Le dispositif « Le plaisir de bien vieillir » accueille habituellement entre 80 et 100 personnes lors du temps fort et entre 30 et 50 personnes réparties en petits groupes lors des ateliers.

Animés par des professionnels référencés et sensibilisés à l'intervention collective en promotion de la santé et coordonnés par les chargés de missions en prévention et promotion de la santé de la Mutualité Française Centre-Val de Loire dans l'ensemble des départements, ces parcours s'articulent chacun autour d'une trentaine de séances en petits groupes, sur une année environ.

Contact presse :

Margaux DABLANC – 06 75 73 51 30 – margaux.dablanc@murec.fr

Mutualité Française Centre-Val de Loire – 5 – 7 – 9 quai de la Saussaye – 41 000 BLOIS – www.centrevallde Loire.mutualite.fr



À propos de l'Interrégimes



Ensemble, les caisses de retraites s'engagent



En partenariat avec



Dans le cadre de la concertation relative à la loi sur l'adaptation de la société au vieillissement et sous l'impulsion des pouvoirs publics, les caisses de retraite ont souhaité affirmer leur volonté d'inscrire la préservation de l'autonomie au cœur de la politique publique de l'âge et de développer une culture active de la prévention.

Début 2014, une convention intitulée « la retraite pour le bien-vieillir, l'offre commune Interrégimes pour la prévention et la préservation de l'autonomie » définit le contour d'une identité commune.

Par le logo « pour bien vieillir - Ensemble, les caisses de retraite s'engagent », la MSA, le RSI et l'Assurance retraite marquent leur engagement pour structurer l'ensemble de leurs actions en faveur du bien vieillir autour d'une approche institutionnelle commune qui se décline autour de trois axes :

- Les informations et conseils pour bien vivre sa retraite,
- Les programmes d'actions et d'ateliers collectifs de prévention,
- Les actions individuelles.

Au niveau national, l'article 10 de la convention précise que le comité de pilotage de coordination des politiques d'action sociale et de prévention de la perte d'autonomie en faveur des retraités CNAV-CCMSA-RSI assure la représentation de l'Interrégimes auprès des pouvoirs publics. Les orientations proposées par ce comité de pilotage en matière d'action sociale pour la prévention de la perte d'autonomie sont soumises à validation préalable par les conseils d'administration des caisses nationales et de la caisse centrale des trois régimes.

Cette convention a toutefois vocation à s'ouvrir à d'autres régimes de retraite qui souhaitent s'inscrire dans la même démarche pour garantir une équité de traitement entre tous les retraités quel que soit le régime d'affiliation. Par exemple, en 2016, la CNRACL a confirmé son adhésion à la démarche.

Dans un souci de proximité avec les retraités, des instances locales Interrégimes ont été créées. Elles coordonnent les actions collectives de prévention des caisses de retraite et contribuent aux instances locales en étant les interlocuteurs conventionnels des ARS et Conseils départementaux.

Par ailleurs, l'INPES avait signé en juin 2011 une convention cadre avec la CNAV pour renforcer l'information et la sensibilisation sur le bien vieillir et développer les actions communes en faveur de la santé des personnes retraitées vivant à domicile. Elle a notamment permis la création du site www.pourbienvieillir.fr.

En 2018, la MFCVL, acteur régional de santé publique, s'est réengagée aux côtés de la MSA, de la Carsat et de la SSI en signant la nouvelle charte de coopération afin d'enrichir l'offre coordonnée en faveur du bien vieillir.

Contact presse :

Margaux DABLANC – 06 75 73 51 30 – margaux.dablanc@murec.fr

Mutualité Française Centre-Val de Loire – 5 – 7 – 9 quai de la Saussaye – 41 000 BLOIS – www.centrevaleloire.mutualite.fr



À propos de la Mutualité Française Centre-Val de Loire

La Fédération Nationale de la Mutualité Française (FNMF) est le premier mouvement social de France : plus d'une personne sur deux est mutualiste. Elle fédère la quasi-totalité des mutuelles santé. Son rôle est de représenter les mutuelles et de défendre leurs intérêts collectifs. Elle est force de proposition dans les grands dossiers du système de santé.

Au niveau régional, la Mutualité Française Centre-Val de Loire a pour mission de représenter le mouvement mutualiste auprès des partenaires et des instances régionales de santé. Elle représente plus de 157 mutuelles, 648 834 adhérents soit près de 1,3 million de personnes protégées. Acteur de l'économie sociale et solidaire, elle participe à l'élaboration et à la mise en œuvre des politiques de santé publique locales et régionales.

La Mutualité Française Centre-Val de Loire dispose d'un réseau d'élus militants, d'une équipe composée de salariés formés en ingénierie de projets en santé publique.

Par ailleurs, ce pôle est renforcé par les compétences techniques de plus de 1 500 salariés des structures mutualistes relevant du Livre III de la région Centre-Val de Loire (réseaux sanitaire, social, médico-social).

Le Service Prévention et Promotion de la Santé :

Le Service Prévention et Promotion de la Santé de la Mutualité Française Centre-Val de Loire intervient sur l'ensemble des territoires ruraux et urbains dans l'objectif de diminuer les inégalités sociales et territoriales de santé.

Les activités sont notamment menées et orientées par les priorités de la FNMF et les administrations régionales de santé, dont le Projet Régional de Santé de l'Agence Régionale de Santé du Centre-Val de Loire, et s'inscrivent dans une dynamique locale. 94% des interventions sont développées en lien avec des partenaires externes.

Les financements croisent les ressources mutualistes ainsi que des ressources publiques et privées.

En 2019, le service Prévention et Promotion de la Santé a mis en place 428 interventions en région. Ainsi, 3 806 personnes ont pu bénéficier de nos interventions sur l'ensemble de la région Centre-Val de Loire.

La Mutualité Française Centre-Val de Loire s'est engagée depuis 2011 dans une démarche qualité tournée vers ses clients et leur satisfaction. L'obtention de la certification ISO 9001 en mars 2014, accordée par SOCOTEC Certification, et renouvelée chaque année depuis, atteste de l'efficacité des processus mis en œuvre par la MFCVL. Elle démontre son aptitude à proposer des actions (formations, conférences-débats, ateliers, groupes de travail) de qualité et confirme sa volonté de recherche d'amélioration continue. La MFCVL devient ainsi la première Union Régionale à obtenir un label qualité externe pour ses activités de prévention.

En 2020, la certification a été renouvelée selon la version 2015 de la norme ISO 9001.



Contact presse :

Margaux DABLANC – 06 75 73 51 30 – margaux.dablanc@murec.fr

Mutualité Française Centre-Val de Loire – 5 – 7 – 9 quai de la Saussaye – 41 000 BLOIS – www.centrevaleloire.mutualite.fr

