



Appel à candidature

Organisation, animation et évaluation des Ateliers du Bien Vieillir du PRIF

Cahier des charges 2015

1. Contexte	2
2. Présentation des ateliers « du Bien Vieillir».....	2
3. Mise en place des ateliers du Prif.....	6
4. Missions de l'opérateur.....	6
5. Calendrier et lieux de mise en place.....	8
La mise en place des ateliers sera effectuée sur la base :	8
7. Outils pédagogiques.....	9
8. Financement.....	9
9. Critères d'analyse des offres.....	10
10. Critères d'exclusion des candidats.....	10
11. Sélection des dossiers	10

1. Contexte

Le Groupement « Prévention Retraite Île-de-France » (PRIF), à travers les politiques d'action sociale en faveur des personnes âgées menées par ses membres, entend contribuer à favoriser la prévention santé chez les seniors par le développement de programmes multifactoriels collectifs de qualité.

Le PRIF inscrit son action dans le cadre d'une logique de parcours qui consiste à décliner plusieurs thématiques de prévention afin de contribuer à délivrer une information complète aux retraités relative aux comportements destinés à réduire les risques de perte d'autonomie. L'ensemble des opérateurs conventionnés avec le PRIF, experts de la prévention, contribue à la mise en œuvre effective de ce parcours.

Le Parcours prévention est une offre de service globale, multifactorielle et positive qui s'articule autour de 5 axes majeurs pour Bien Vieillir :

- fonctions cognitives,
- activité physique,
- forme et bien être,
- lieux de vie,
- et lien social, axe transverse à l'ensemble des actions déployées.

En 2014, 7 ateliers de prévention constituent ce Parcours ; néanmoins, cette offre est dynamique et susceptible d'évoluer en fonction des besoins sociaux et en santé identifiés sur le territoire.

Le PRIF a également initié avec l'Agence Régionale de Santé (ARS) d'Ile-de-France une démarche d'harmonisation des modalités de sélection (cahiers des charges communs), de financement et de suivi des opérateurs de prévention. Ce partenariat institutionnel a pour but de permettre une meilleure lisibilité de l'offre en prévention disponible. L'objectif consiste à intensifier l'articulation de leurs politiques en Ile-de-France à l'égard des populations âgées.

2. Présentation des ateliers « du Bien Vieillir »

1.1. Définition succincte

L'atelier du Bien Vieillir est un programme d'éducation à la santé initié par la MSA en 2005 dans le cadre du programme national « Bien Vieillir » et déployé par le PRIF en Ile de France depuis 2011.

Cet atelier a pour objectifs principaux :

- de mieux responsabiliser les retraités vis-à-vis de leur capital santé,
- en leur donnant les clés du mieux vivre et du bien vieillir,
- de rompre l'isolement.

Cette action est mise en œuvre et coordonnée par le PRIF sur le territoire francilien avec des opérateurs conventionnés sur la base du présent cahier des charges qui garantit la qualité des actions financées.

1.2. Profil des participants

Les ateliers financés par le PRIF sont destinés aux retraités de 55 ans et plus, vivant à domicile ou en foyer-logement, quelque soit leur régime de retraite, identifiés comme étant autonomes (GIR 5 - 6).

La moyenne d'âge des participants aux ateliers du Prif s'élève à 73 ans.

Un atelier du Bien Vieillir se compose d'un minimum de 12 et d'un maximum de 15 participants.

1.3. Contenu de l'atelier PRIF : « Bien vieillir »

L'atelier doit comprendre une conférence de sensibilisation et de présentation et 7 séances d'une durée de 2h00 étalées sur une période de 1,5 à 3 mois à raison d'une séance par semaine ou tous les 15 jours, selon le planning défini avec le partenaire local ou avec le PRIF.

L'atelier doit suivre le déroulement chronologique suivant :

- **Une conférence débat « Seniors, soyez acteurs de votre santé ».**

Objectifs : (i) sensibiliser les retraités aux éléments clés du bien vieillir, (ii) présenter l'ensemble du Parcours Prévention, (iii) inciter les retraités à s'inscrire aux ateliers.

- **7 séances d'atelier :**

« Bien dans son corps, bien dans sa tête »

Bien vieillir est le thème de la séance d'ouverture à vocation davantage généraliste.

Les objectifs sont, qu'en sortant de cette séance, les participants aient :

- acquis quelques notions démographiques et quelques notions sur la longévité et l'espérance de vie,
- modifié l'image qu'ils ont d'eux même en termes de représentations individuelle et sociétale,
- intégré toute l'importance du lien social, du maintien de l'activité psychique, compris qu'il n'y a pas d'âge pour agir et donc prévenir les conséquences de son vieillissement,
- compris la notion de vieillissement "réussi" par rapport au vieillissement normal ou pathologique,
- intégré les éléments clés de ce vieillissement,
- compris qu'ils ont le premier rôle en tant qu'acteur de leur bien vieillir,
- envie de participer aux autres séances ou à d'autres ateliers thématiques.

Alimentation / activité physique « Pas de retraite pour la fourchette, Bouger c'est bon pour la santé »

L'objectif global de cette séance est de sensibiliser les participants à l'importance d'une alimentation équilibrée et variée, même avec l'avancée en âge, ainsi qu'aux bienfaits d'une activité physique adaptée et régulière :

Thème Alimentation :

- privilégier une alimentation variée et équilibrée comprenant 5 portions de fruits et/ou légumes par jour sans oublier l'apport en protéines et en calcium,
- boire suffisamment : 1,5 litres d'eau par jour minimum, connaître les risques de déshydratation liés à une diminution de la sensation de soif, la chaleur, les diarrhées,

- sensibiliser au risque de dénutrition lié à un apport énergétique insuffisant (importance notamment des 3 repas minimum par jour),
- intégrer le fait que l'on doit se faire plaisir en s'alimentant.

Thème Activité Physique :

- pratiquer une activité physique quotidienne et adaptée (l'équivalent de 30 minutes de marche par jour),
- proposer différentes façons d'intégrer l'activité physique au quotidien

Organe des sens / équilibre « Les cinq sens en éveil, garder l'équilibre »

L'objectif global de cette séance est de sensibiliser les participants à l'importance des sens dans la préservation d'une vie au quotidien de qualité en leur donnant des conseils simples pour y arriver.

Thème 1 : A quoi nous servent les sens ? Pourquoi doit-on les préserver ?

- Garder une relation à son environnement naturel et humain : ce que l'on perçoit des autres et ce que les autres perçoivent de nous (importance de l'image de soi)
- Prendre plaisir (lecture, musique, goût, ..)
- Préservation de l'autonomie (se déplacer en toute sécurité, prévention des chutes)
- Amélioration de la qualité de vie

Thème 2 : Comment fonctionnent nos sens ?

Descriptif bref de la physiologie + animations de découverte des sens

Thème 3 : Comment préserver mes sens ?

- Contrôles réguliers chez l'ophtalmologiste, l'ORL, le dentiste
- Signes révélateurs de la baisse d'acuité visuelle et de la presbycusie, Ne pas attendre pour se faire appareiller
- Stimuler le plus possible ses sens (plaisirs de la table, ballades en plein air...)

Risque osseux « Faites de vieux os »

Les objectifs de cette séance sont les suivants :

- comprendre les fonctions de base de l'os et du squelette
- intégrer la notion d'os vivant
- comprendre la notion de réserve en calcium
- comprendre le mécanisme de l'ostéoporose (simplifié)
- connaître les facteurs de risque modifiables et non modifiables
- intégrer quelques notions sur les moyens de dépistage et le traitement (mais avec renvoi sur médecin traitant)
- intégrer les notions essentielles de prévention de l'ostéoporose
 - . alimentation (calcium, vit D, protéines)
 - . activité physique
 - . hygiène de vie.

Sommeil « Dormir quand on n'a plus 20 ans »

L'objectif global de cette séance est de sensibiliser les participants à l'évolution physiologique du sommeil avec l'avancée en âge et de leur donner des conseils simples permettant d'améliorer la qualité de leur sommeil en s'appuyant :

- sur des règles d'hygiène de vie appropriée (alimentation, activité intellectuelle, activité physique),
- sur des conditions de confort bénéfiques au sommeil (température et aération de la chambre, qualité de la literie, relaxation)

Sommeil et médicaments : Rappeler les risques liés à la prise de somnifères qui doivent être prescrits par le médecin, pour une durée déterminée et le moins souvent possible.

Alternatives au médicament « Le médicament, un produit pas comme les autres »

L'objectif global de cet atelier est de renforcer les connaissances du retraité sur les risques des médicaments tout en l'incitant à contacter son médecin en cas de doutes (en faire partenaire actif du médecin vis-à-vis de son traitement). Essayer de désacraliser le médicament comme réponse unique à tout problème de santé.

Thème 1 : Le devenir des médicaments dans l'organisme

- Un médicament a toujours un effet bénéfique et un effet négatif
- Le risque augmente avec le nombre de médicaments
- Penser à une origine médicamenteuse devant tout nouveau symptôme
- Ne pas modifier seul son traitement et éviter automédication

Thème 2 : Alimentation, nutrition et médicament

- Une bonne alimentation est un facteur essentiel de bonne santé
- Surveiller son poids

Thème 3 : Les alternatives au médicament

- A un problème ne correspond pas forcément un médicament

Thème 4 : Médicament et affection chronique

- Connaître sa pathologie, savoir à quoi sert chacun des médicaments et connaître leurs risques potentiels
- Suivre attentivement la prescription (bonne observance)

Hygiène Bucco-dentaire : « De bonnes dents pour très longtemps »

L'objectif global de cet atelier est :

- d'approfondir les connaissances des participants sur la bonne santé de leurs dents et sur les autres structures de la bouche,
- d'échanger sur leurs habitudes d'hygiène bucco-dentaire et les bonnes pratiques pour surveiller, entretenir et assurer le suivi des dents tout en prêtant attention aux autres structures de la bouche,
- de prendre conscience des bons gestes pour faire évoluer les habitudes.

1.4. Méthodologie

Les ateliers doivent permettre de favoriser la convivialité entre les participants, de créer une dynamique de groupe et un climat de confiance.

L'animateur doit susciter le dialogue et utiliser des méthodes interactives. Il doit s'assurer de l'engagement des participants de modifier leurs comportements.

L'animateur doit remettre un document synthétique reprenant le contenu de la séance à l'issue de celle-ci.

3. Mise en place des ateliers du Prif

Les ateliers sont réalisés au nom du Prif, et organisés conjointement entre le Prif, le partenaire local et l'opérateur.

Soit les ateliers sont organisés à l'initiative de l'opérateur (en lien avec un partenaire), soit à l'initiative du Prif.

Dans le premier cas, les ateliers sont organisés suite à une demande d'une collectivité, ou suite à une prospection réalisée par l'opérateur.

Les acteurs locaux (communes, associations...) assurent la communication et la mobilisation des habitants, afin de constituer les groupes de participants des ateliers et s'assurent de la possibilité d'accueil des ateliers dans des locaux adaptés.

Dans le second cas, le Prif contacte les opérateurs afin qu'ils animent un atelier dans un lieu qu'il a identifié. Dans ce cas le Prif assure le recrutement des groupes de participants et s'assure de la possibilité d'accueil des ateliers dans des locaux adaptés.

4. Missions de l'opérateur

- L'opérateur doit mettre en place, animer et évaluer des ateliers du Bien Vieillir,
- Un minimum de dix ateliers doit être réalisé au cours de l'année par l'opérateur (organisé par l'opérateur ou programmé par le PRIF).

Dans le cadre des ateliers organisés à son initiative (en lien avec un partenaire local) :

- Contacter le(s) partenaire(s) (le cas échéant, participer à une réunion préparatoire) souhaitant mettre en place un atelier afin de planifier les dates de l'atelier et de définir les rôles de chacun ;
- Informer le partenaire local du coût forfaitaire de l'atelier laissé à sa charge et facturé par le PRIF ;
- Compléter la convention « Parcours prévention » (un modèle de convention est remis par le PRIF) et la proposer au partenaire local, qui la signera avec le PRIF ;
- Transmettre les outils de communication du PRIF aux partenaires locaux afin qu'ils puissent les utiliser pour communiquer auprès de leurs publics (habitants, bénéficiaires, résidents ...)
- Organiser la conférence débat sur le thème de la mémoire. Pour ce faire, l'opérateur doit utiliser les outils de communication transmis par le PRIF. Dans le cas où des outils de communication spécifiques sont élaborés par le partenaire local, l'opérateur doit transmettre et intégrer le logo du PRIF et de ses membres sur ces supports ;
- Inscrire les personnes ayant manifesté leur souhait de participer à un atelier du PRIF.
- Inciter les participants à s'inscrire à d'autres ateliers du « Parcours Prévention » lors de la dernière séance d'atelier ;

Dans le cadre des ateliers organisés à l'initiative du Prif (ateliers planifiés) :

- Organiser des ateliers du Bien Vieillir à partir d'une commande du PRIF dans les délais indiqués ;
- Participer à la réunion préparatoire afin de définir les rôles de chacun à la demande du PRIF ;
- Utiliser les outils de communication transmis par le PRIF afin de réaliser la promotion de la logique de « Parcours de prévention » auprès des participants ;
- Inciter les participants à s'inscrire à d'autres ateliers du « Parcours Prévention » lors de la dernière séance d'atelier ;

Dans le cas des ateliers programmés par le PRIF, la conférence introductive ne sera pas obligatoirement mise en œuvre.

Dans les deux situations :

L'opérateur doit indiquer que l'atelier réalisé s'inscrit dans le cadre du partenariat avec le PRIF. Il doit prendre les dispositions nécessaires afin d'être en capacité de répondre aux attentes suivantes :

- Promotion / communication sur :
 - l'ensemble de l'offre de services du PRIF (« Parcours de prévention »). La présentation au partenaire local des autres composantes du parcours doit mentionner explicitement le rôle du PRIF dans le financement de l'ensemble du parcours,
 - toute offre d'activité physique existante sur le territoire de proximité auprès (i) des participants aux ateliers et (ii) des partenaires locaux.
- Transmission de l'information : L'opérateur doit informer en amont le PRIF des ateliers qu'il va réaliser. Pour ce faire, le PRIF met à disposition un outil sur un espace partagé permettant de saisir le **calendrier des actions** : l'opérateur doit le renseigner régulièrement afin de tenir informé le PRIF.
- Identification / ciblage : assurer un rôle de repérage des personnes fragilisées parmi les participants aux ateliers et être en capacité de les orienter vers les dispositifs d'action sociale des organismes membres du PRIF (Cnav, Msa, Rsi) ;

Forums :

L'opérateur s'engage à participer à des forums/salons à la demande du PRIF, via la tenue de stands, l'organisation ou la participation à des conférences, etc.

Suivi et évaluation des ateliers :

L'opérateur s'engage à fournir au PRIF un bilan quantitatif et qualitatif global pour chaque atelier :

- les dates de réalisation de l'atelier dans le cadre du calendrier en réseau du PRIF ;
- le(s) partenaire(s) opérationnel(s) ayant contribué à la mise en place de l'atelier ;
- les profils des participants en faisant apparaître particulièrement d'une part, le ou les régimes de retraite de base des participants, et d'autre part, les personnes orientées par le PRIF ;

- l'assiduité et la satisfaction des participants ;
- les progrès enregistrés chez les participants ;
- les opérations de promotion qui ont été réalisées.

Afin de réaliser ces évaluations, deux questionnaires d'évaluation sont communiqués à l'opérateur. Ils incluent un volet sur les attentes du participant, un volet sur son régime d'affiliation de sécurité sociale, un volet sur le ou les moyens de prise de connaissance de l'atelier et un volet sur l'appréciation et la modification des comportements ou les enseignements de l'atelier.

Le premier questionnaire est présenté aux participants afin qu'ils le remplissent en première séance, le deuxième, en dernière séance.

Leurs résultats seront saisis par les opérateurs sur un questionnaire en ligne mis à disposition par le PRIF.

Les opérateurs devront contribuer à la mise en œuvre d'une évaluation d'impact à posteriori de l'atelier.

L'opérateur doit fournir des éléments de suivi et d'évaluation de l'activité en fonction des demandes du PRIF.

5. Calendrier et lieux de mise en place

La mise en place des ateliers sera effectuée sur la base :

- (i) **d'un calendrier partagé** entre les opérateurs et le PRIF : ce calendrier est actualisé et alimenté régulièrement par les opérateurs en fonction des ateliers qu'ils mettent en place avec les partenaires locaux.
- (ii) **d'une programmation annuelle réalisée par le PRIF** en amont : les opérateurs se positionnent sur les ateliers à réaliser.

Le maillage territorial sera mis en œuvre de manière concertée, en s'appuyant sur la répartition prévisionnelle suivante pour l'année 2015 :

Département	Répartition prévisionnelle des ateliers à mettre en place par les opérateurs	Répartition prévisionnelle des ateliers qui seront programmés par le PRIF
75 - Paris	5	1
77 - Seine et Marne	5	1
78 - Yvelines	5	1
91 - Essonne	5	1
92 - Haut de Seine	5	1
93 - Seine St-Denis	5	1
94 - Val de Marne	5	1
95 - Val d'Oise	5	1
TOTAL	40	8

Le formulaire de candidature joint comporte ce même tableau permettant à chaque structure d'indiquer combien d'ateliers elle s'engage à mettre en place, animer et évaluer en Île-de-France en répondant au cahier des charges du PRIF.

6. Qualifications requises

Formation du personnel d'animation

Les intervenants doivent participer à :

- une session d'information animée par le PRIF d'une durée de 4 jours. Cette formation comprend :
 - une formation aux techniques d'animation de groupe,
 - une formation au kit pédagogique.
- une information d'une journée animée par le PRIF sur les actions collectives « Bien Vieillir » et le Parcours prévention.

Les frais de déplacements afférents à la session sont à la charge de l'employeur.

Les conditions cumulatives de compétences que doit remplir le professionnel qui anime un atelier sont énumérées ci-dessous :

- Expérience professionnelle significative auprès des personnes âgées ;
- Formation spécifique relative à l'animation d'ateliers multifactoriels de prévention et traitant a minima les sujets suivants : santé publique ; animation de groupe (pratiques pédagogiques ; mises en situation) ; promotion et organisation d'ateliers collectifs (actions de communication).
- Le professionnel doit être en capacité de recueillir les éléments nécessaires à l'établissement du bilan global des ateliers.

Suivi du personnel d'animation

L'opérateur doit assurer le suivi du personnel d'animation des ateliers :

- S'assurer auprès du personnel d'animation du respect et de la bonne compréhension des tâches prescrites pour la mise en place, la promotion, l'animation et l'évaluation des ateliers,
- Assurer la coordination, le soutien et l'accompagnement du personnel d'animation par différents moyens tels que les réunions d'échange de pratiques, les entretiens individuels, etc.,
- Réaliser des contrôles internes réguliers sur l'activité du personnel d'animation ;

Le PRIF est susceptible d'assister à des séances d'ateliers afin de s'assurer de la qualité des interventions de l'opérateur.

7. Outils pédagogiques

Le PRIF fournit à l'opérateur une mallette pédagogique contenant les supports d'animation (présentations au format powerpoint, supports des exercices, etc.).

8. Financement

Le PRIF alloue une subvention aux opérateurs pour mener à bien les missions décrites dans le présent cahier des charges. La subvention a pour objet de contribuer à la couverture des dépenses de fonctionnement directement liées à la mise en place, l'animation, les déplacements, l'évaluation des ateliers.

Le montant de la subvention est calculé en fonction du nombre d'ateliers prévus sur une période donnée :

→ **Financement des ateliers PRIF à l'initiative de l'opérateur (en lien avec un partenaire local) :**

- Chaque atelier est cofinancé par le Prif et le partenaire accueillant.
- Une subvention d'un montant forfaitaire de 1 500 € / atelier est allouée à l'opérateur;
- Le partenaire local contribue au financement à hauteur de 550 € (facturé par le Prif). Il peut solliciter une participation financière des retraités à hauteur de 30 € maximum / personne.

→ **Financement des ateliers programmés par le PRIF :**

- Chaque atelier est financé intégralement par le Prif.
- Une subvention d'un montant forfaitaire de 1 100 € / atelier est allouée à l'opérateur.

→ **Financement de la participation des opérateurs aux forums :**

- Une subvention d'un montant forfaitaire de 300 € / jour est attribuée à l'opérateur dans le cas où celui-ci a participé à plus de quatre forums dans l'année à la demande du Prif.

9. Critères d'analyse des offres

Tous les types de porteurs de projet (associations, entreprises, groupements) en capacité de répondre aux exigences du présent cahier des charges sont éligibles à cet appel à candidature.

Les critères sur lesquels le Prif sera particulièrement vigilants sont :

- la capacité d'intervention géographique de la structure,
- le nombre d'ateliers que la structure est en mesure de réaliser sur l'année,
- la dynamique partenariale dans laquelle s'inscrit la structure,
- les moyens humains affectés aux ateliers du Prif,
- les cofinancements dont bénéficie la structure,
- valoriser la politique du Prif.

10. Critères d'exclusion des candidats

Les candidatures dont le dossier est incomplet, non daté et signé seront rejetés systématiquement.

11. Sélection des dossiers

Les décisions d'accord ou de rejet qui sont prises par les instances délibérantes du Prif ne peuvent en aucun cas faire l'objet de recours ou de procédure d'appel.

En cas de sélection, la subvention et les obligations afférentes seront précisées par la signature d'une convention entre le Prif et l'opérateur.