

2021/2022

PRÉVENTION DE LA PERTE D'AUTONOMIE

72 ACTIONS POUR LES SENIORS PARTOUT DANS L' AISNE

Secteur

SUD DE L' AISNE

SOISSONNAIS
SUD DE L' AISNE



S'ENGAGE POUR LES SENIORS

La conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées de 60 ans et plus.



Carsat

agric-arico



ars



Assurance Maladie

Assurance Retraite

Avec le soutien de la Caisse nationale de solidarité pour l'autonomie

Des actions de prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées de 60 ans et plus

- **Pourquoi ?**

Parce que :

> aujourd'hui, les personnes âgées de 60 ans et plus représentent 15 millions de français et représenteront près de 24 millions en 2060 selon l'INSEE. En 2060, une personne sur trois aura plus de 60 ans.

> le nombre de personnes de plus de 85 ans va presque quadrupler d'ici 2050 pour atteindre près de 4,8 millions.

> dans le département de l'Aisne, les plus de 60 ans représentent 26,7% de la population.

> ce vieillissement s'accompagne souvent d'une perte d'autonomie : la personne ne peut plus réaliser toutes les tâches du quotidien seule.

> près de 90% des Français souhaitent vieillir chez eux (Source Insee).

- **Comment ?**

La Conférence départementale des financeurs fédère de nombreux acteurs de la prévention de la perte d'autonomie (Agence Régionale de Santé, Caisses de Retraite, Mutualité Française, Agence Nationale de l'Habitat...) et définit une stratégie commune de prévention de la perte de l'autonomie sur l'ensemble du département. Elle a pour mission de financer des projets de prévention répondant aux besoins de la population vieillissante.

- **Et concrètement ?**

Prévention des chutes, activité physique, équilibre alimentaire, vie culturelle, bien-être, sécurité routière, nutrition, sommeil, mémoire... La Conférence des Financeurs soutient 72 actions portées par 47 structures mises en place tout au long de l'année 2021 jusqu'en 2022 et proposées à tous les Aisonais de plus de 60 ans. Elles sont présentées dans ce catalogue, par territoire.

N'hésitez pas à prendre contact avec les partenaires pour avoir plus de renseignements et vous inscrire, vous ou un proche, aux activités.

LE SOISSONNAIS ET LE SUD DE L' AISNE



Actions individuelles pour les seniors et les aidants accompagnés par le SPASAD

ASSOCIATION MEDICO-SOCIALE ANNE MORGAN (AMSAM)

Lien social

Zone d'intervention : le Soissonnais

Actions individuelles de prévention destinées aux seniors et aux aidants en priorisant les personnes identifiées comme fragiles. Des orientations vers des actions collectives sont également réalisées.

Contact : 03 23 75 51 00

ofernet@amsam.net

Mobilisation départementale contre l'isolement des âgés

FEDERATION ADMR DE L' AISNE

Lien Social

Zone d'intervention : Villers-Cotterêts

Des bénévoles effectuent des visites de convivialité auprès des personnes âgées isolées, et organisent avec des professionnels des actions collectives afin de rompre l'isolement. Un transport peut être assuré si besoin.

Contact : 03 23 26 03 03

clgosset@fede02.admr.org

Soutenir les proches aidants, c'est offrir à chacun des instants de répit

LA RENAISSANCE SANITAIRE

Lien social

Zone d'intervention : Soissons, Villers-Cotterêts, Villiers-Saint-Denis, Fère-en-Tardenois

Activités de répit mis en place par la Plateforme d'Accompagnement et de Répit aux Aidants (P.A.R.A.) de Villiers-Saint-Denis à destination des proches-aidants, au plus près de leur lieu de vie.

Contact : 03 23 70 53 30

plateforme-aidants@hlrs-villiers.net

Ateliers de prévention en distanciel, par téléphone ou Visio

AU BOUT DU FIL

Lien social

Zone d'intervention : le Soissonnais, le Sud Aisne

Ateliers de prévention réalisés en visio ou en audio (par téléphone).

Contact : 07 65 15 64 15
arnaud.brodzki@dylead.com

Accompagnement par téléphone des proches aidants de l'Aisne

AVEC NOS PROCHES

Lien social

Zone d'intervention : le Soissonnais, le Sud Aisne

L'association « AVEC NOS PROCHES » accompagne tous les proches aidants par le biais du téléphone (écoute, soutien, partage d'expériences et d'informations).

Contact : 06 95 63 86 53
alice@avecnosproches.com

Ateliers théâtre : "Quand j'avais 20 ans, quand j'aurai 20 ans"

LA COMPAGNIE ACALY

Culture

Zone d'intervention : Soissons

Atelier hebdomadaire de théâtre de 1h30, à destination des personnes de l'Unité Alzheimer de la résidence Saint-Léger à Soissons.

Contact : 03 23 53 54 42
acaly@theatresaintmedard.com

Lectures-spectacles téléphoniques
THEATRE DE LA MASCARA

Culture

Zone d'intervention : Oulchy-le-Château, Nogent-l'Artaud, Charly-sur-Marne, Condé-en-Brie, Château-Thierry

Réalisation de lectures-spectacles téléphoniques hebdomadaires (individuelles ou collectives) auprès des résidents en EHPAD.

Contact : 06 49 42 72 58
mascara@la-mascara.fr

Parcours Santé

ASSOCIATION AID' AISNE

Santé/Bien-être

Zone d'intervention : Soissons et alentours

Le « Parcours Santé » est une opportunité en plusieurs étapes pour les seniors afin de développer et de maintenir leur capital autonomie à travers les axes "j'entretiens ma forme" et "un moral au top" !

Contact : 03 23 06 12 64
e.lanez@aid-aisne.fr

La PPSA : actions de prévention ciblées et variées dans une dynamique coopérative

ASSOCIATION MEDICO-SOCIALE ANNE MORGAN (AMSAM)

Santé/Bien-être

Zone d'intervention : Vic-sur-Aisne, Vailly-sur-Aisne, Oulchy-le-Château, Soissons et alentours

Un programme d'actions multithématiques (nutrition, sommeil, mémoire, activités physiques, etc.) structuré en fonction des besoins repérés et priorités, insérant la personne âgée dans un parcours de prévention.

Contact : 03 23 75 51 00

ofernet@amsam.net

Stimulons nos neurones et restons connectés ! Prenons soin de notre santé !

DEFI AUTONOMIE SENIORS

Santé/Bien-être

Zone d'intervention : CC Val de l'Aisne, Fère-en-Tardenois

Ateliers abordant des thématiques variées (sommeil, nutrition, sécurité routière, etc.) pour une retraite plus sereine.

Contact : 03 22 82 62 23

contact@defi-autonomie-seniors.fr

Devenir acteur de son capital autonomie : prévenir pour une meilleure santé

LA RENAISSANCE SANITAIRE – CH VILLIERS-SAINT-DENIS

Santé/Bien-être

Zone d'intervention : CC Retz-en-Valois, CA de la région de Château-Thierry, CC du canton de Charly-sur-Marne

Action à destination des personnes âgées de plus de 60 ans ayant pour but de les informer sur les risques liés au vieillissement et les moyens pour en limiter les effets.

Contact : 03 23 70 75 76

Semainedubienvieillir@hls-villiers.net

Gardons l'œil sur notre équilibre !
FEDERATION ADMR DE L' AISNE

Santé/Bien-être

Zone d'intervention : Fère-en-Tardenois

"Gardons l'œil sur notre équilibre" est un atelier qui vous permettra de vous soucier de la sécurité dans votre logement.

Contact : 03 23 26 03 03

clgosset@fede02.admr.org

Bien vieillir, bien conduire
FEDERATION ADMR DE L' AISNE

Santé/Bien-être

Zone d'intervention : Fère-en-Tardenois, Jaulgonne

Des séances visant à remettre à niveau les connaissances du code de la route et aborder divers thèmes liés à la sécurité. Une séance sera consacrée la conduite avec un moniteur d'auto-école.

Contact : 03 23 26 03 03

clgosset@fede02.admr.org

**La pratique sportive, vecteur
d'inclusion, de cohésion sociale, de
prévention et d'autonomie**
**COMITE DEPARTEMENTAL
HANDISPORT AISNE**

Activités Physiques Adaptées

Zone d'intervention : Soissons, Belleu, Villeneuve-Saint-Germain, Cuffies, Crouy, Acy, Vierz, Bucy-le-long, Mercin, Vauxbuin

Découvrir ou redécouvrir des activités physiques et sportives adaptées en intérieur, à l'extérieur et dans des lieux de pratiques spécifiques.

Contact : 06 17 75 08 42
couturier.cyn@gmail.com

"Restons en forme"
FEDERATION ADMR DE L' AISNE
Activités Physiques Adaptées

Zone d'intervention : Villers-Cotterêts

L'action a pour objectif de proposer aux seniors des activités physiques adaptées et de nutrition.

Contact : 03 23 26 03 03
clgosset@fede02.admr.org

Revivons Re-bougeons !
SIEL BLEU

Activités Physiques Adaptées

Zone d'intervention : Bucy-le-Long

Les activités physiques adaptées "Gym Prévention Santé" et les ateliers diététiques "NutriSiel" ont pour objectif de favoriser un reconditionnement adapté et progressif de la personne suite à la crise sanitaire.

Contact : 07 84 96 40 63
emmeline.dominiarczyk@sielbleu.org

#Centres Sociaux 2.0/6.0/8.0
**FEDERATION DES CENTRES SOCIAUX
ET SOCIOCULTURELS DES PAYS
PICARDS**

Numérique

Zone d'intervention : Soissons, Villers-Cotterêts, Braine, Château-Thierry

Ateliers permettant d'accompagner les seniors dans l'usage du numérique et de lutter contre l'illectronisme.

Contact : 07 49 02 43 51
anumeriquefcsp@gmail.com

**Happy Visio : web conférences en
faveur du Bien Vieillir**
ADAM VISIO

Numérique

Zone d'intervention : le Soissonnais, le Sud de l'Aisne

Un programme de web conférences animées en direct par des professionnels et à destination des seniors.

Contact : 01 76 28 40 84
contact@happyvisio.com

Défi Décllic, connectons-nous !
DEFI AUTONOMIE SENIOR

Numérique

Zone d'intervention : CA de la région de Château-Thierry

Ateliers pour rendre les participants plus autonomes dans la pratique de base du numérique.

Contact : 03 21 24 61 28

lievre.nicolas@defi-autonomie-seniors.fr

60 ans et la vie devant moi
FOYER CULTUREL ET SOCIAL DE BRAINE

Domaines multiples

Zone d'intervention : CC Val de l'Aisne

Le foyer rural de Braine vous invite à participer à diverses activités pour apprendre à prendre soin de sa santé et de soi.

Contact : 03 23 72 37 06

direction@frbraine.com

Séniors en mouvement
MUTUALITE FRANÇAISE HAUTS-DE-FRANCE

Domaines multiples

Zone d'intervention : Fère-en-Tardenois

L'action "Seniors en mouvement" vise à inscrire une réflexion pérenne autour du « Bien vieillir » sur un territoire pour répondre au besoin de reconnaissance et de participation des seniors.

Contact : 03 23 66 85 82

alexia.richelet@mutualite-hdf.fr

Multi-activités
CLIC SOISSONS
CLIC DU SUD DE L' AISNE

Domaines multiples

Zone d'intervention : cantons de Oulchy-le-Château, Soissons-Sud, Vic-sur-Aisne, Villers-Cotterêts

Zone d'intervention : Fère-en-Tardenois, Neuilly-Saint-Front, Château-Thierry, Charly-sur-Marne, Condé-en-Brie

Votre CLIC vous accompagne en organisant des sessions d'information, des actions en faveur des aidants et des ateliers d'initiation informatique.

Contact CLIC Soissons : 03 23 73 49 51

clic.soissons@amsam.net

Contact CLIC Sud de l'Aisne : 03 23 82 78 00

clic@uccsa.fr

