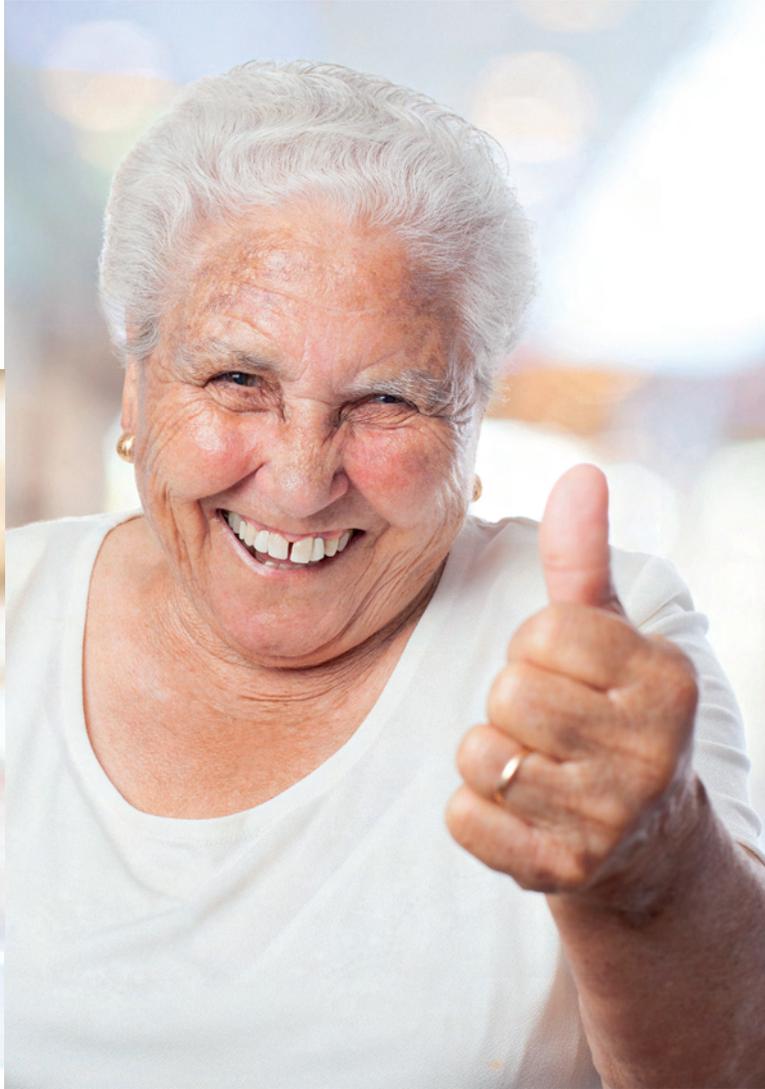


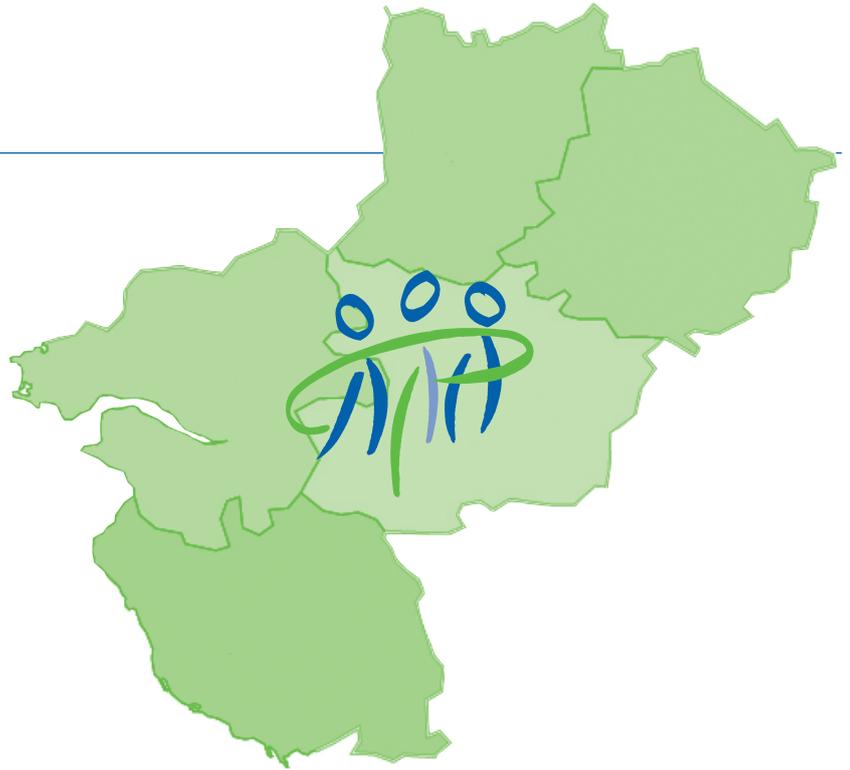
Rapport d'activité 2016



Assemblée générale du 11 mai 2017

Coproduit par :





SOMMAIRE

Les membres fondateurs et adhérents	p. 3
Le Conseil d'administration	
Les représentants des membres	p. 4
Les personnes invitées	p. 5
Les missions et faits marquants en 2016	p. 7
Les partenaires	p. 8
La communication	
Communication sur les territoires	p. 9
Communication vers le grand public	p. 9
Les actions	
Les Ateliers du Bien Vieillir « <i>Votre santé a de l'avenir</i> »	p. 10
Peps Eurêka « <i>Avec Peps Eurêka, votre mémoire est en pleine forme !</i> »	p. 12
Les Ateliers Nutrition « <i>Bien se nourrir pour rester en forme</i> »	p. 14
Participation à plusieurs actions	p. 16
Les animateurs des ateliers	p. 17
Répartition des actions et des territoires de fragilité	p. 18
Les actions partenariales	p. 20
Thématique Santé Mentale	p. 21

Les membres

fondateurs et adhérents

Membres fondateurs

- ▶ La Mutualité sociale agricole Loire-Atlantique - Vendée,
- ▶ La Mutualité sociale agricole Maine-et-Loire,
- ▶ La Mutualité sociale agricole Mayenne-Orne-Sarthe,
- ▶ Le Régime social des indépendants des Pays de la Loire,
- ▶ L'Association régionale des organismes de MSA des Pays de la Loire,
- ▶ Générations Mouvement,
- ▶ L'Union nationale des indépendants retraités du commerce représentant les départements des Pays de la Loire,
- ▶ La Fédération nationale des associations de retraités de l'artisanat représentant les départements des Pays de la Loire,
- ▶ Mutualia Grand Ouest.

Membres adhérents

- ▶ La Caisse d'assurance retraite et de santé au travail des Pays de la Loire,
- ▶ La Mutualité Française des Pays de la Loire,
- ▶ La Caisse d'Assurance Maladie des Industries Electriques et Gazières.



L'essentiel & plus encore



Pays de la Loire



Le Conseil d'administration

Les représentants des membres

Caisse de Mutualité Sociale Agricole Loire-Atlantique - Vendée	Bernard LEVACHER Jean-Noël MATHÉ - <i>Président de l'ASEPT</i>
Caisse de Mutualité Sociale Agricole Maine-et-Loire	Anne GAUTIER Françoise FERRÉ - <i>Trésorière de l'ASEPT</i>
Caisse de Mutualité Sociale Agricole Mayenne-Orne-Sarthe	Françoise POTIER Michel ROBERT
Régime Social des Indépendants des Pays de la Loire	Pierre GODET - <i>Vice-Président de l'ASEPT</i> Yves THOUËILLE
Caisse d'Assurance Retraite et de Santé au Travail des Pays de la Loire	Philippe CHALET Michel ABLINE
Association Régionale des Caisses de MSA des Pays de la Loire	Jean-Marc LOIZEAU (avril 2016) Jean-Bertrand VIOT (décembre 2016) Thierry MORISSET
Généralités Mouvement	Jules DANIEL
Union Nationale des Indépendants Retraités du Commerce	Jean-Claude AMIRAL
Fédération Nationale des Associations de Retraités de l'Artisanat	Gabriel HUBERT
Mutualia Grand Ouest	Gérard HAULBERT - <i>Secrétaire de l'ASEPT</i>
Mutualité Française des Pays de la Loire	Brigitte ALVAREZ
Caisse d'Assurance Maladie des Industries Electriques et Gazières	Mme DRONNEAU LASCONJARIAS (décembre 2016)

**Caisse de Mutualité Sociale Agricole
Loire-Atlantique - Vendée**

Hervé DOMAS

**Caisse de Mutualité Sociale Agricole
Maine-et-Loire**

Christian BLOT

**Caisse de Mutualité Sociale Agricole
Mayenne-Orne-Sarthe**

Daniel CHERBONNIER (avril 2016)
Véronique PILETTE (décembre 2016)

**Régime Social des Indépendants
des Pays de la Loire**

Francis LAVAUD

**Caisse d'Assurance Retraite
et de Santé au Travail
des Pays de la Loire**

François-Xavier JOLY

**Association Régionale
des Organismes
de MSA des Pays de la Loire**

Étienne LE MAUR
Vérificateur des comptes de l'Asept

Mutualia Grand Ouest

Isabelle GIRAUD

ASEPT Pays de la Loire

Samira LEGSIR
Chargée de gestion de l'Asept
Patricia SAUBANÈRE
Chargée d'études de l'Asept

Les missions

de l'ASEPT Pays de la Loire

L'association de santé, d'éducation et de prévention sur les territoires a pour objet :

- ▶ la promotion de toute action dans les domaines de la prévention et de l'éducation en santé, et plus spécialement pour les personnes habitant dans les territoires ruraux,
- ▶ la réalisation d'actions de prévention et d'éducation en santé, en assurant notamment l'ingénierie et la communication de ces actions, et le développement de partenariats dans ces domaines,
- ▶ le développement des liens de proximité entre les personnes leur permettant de partager sur la prévention et l'éducation en santé, en s'appuyant sur les valeurs de solidarité et de responsabilité.

Lieu de concertation de tous les acteurs locaux, l'association assure, directement ou en contractualisant avec les opérateurs locaux :

- ▶ le déploiement, l'organisation, l'animation et le suivi des actions de prévention et d'éducation pour la santé,
- ▶ l'organisation de la formation des animateurs de ces actions,
- ▶ l'encadrement et le suivi des animateurs.

FAITS MARQUANTS EN 2016

Concernant le périmètre de l'association :

- ▶ **Intégration de la Caisse d'Assurance Maladie des Industries Electriques et Gazières** en tant que membre adhérent.

Concernant la promotion des actions proposées par l'association :

- ▶ **Le déploiement de l'action nationale inter-régime intitulée « Vieillir, c'est vivre »** avec la mise en place d'une représentation théâtrale et un temps d'échange animé par Monsieur Jean-Jacques AMYOT, psychosociologue ;
- ▶ **Le positionnement de l'association en tant que gestionnaire et coordonnateur des actions** proposées dans le cadre des appels à projets ouverts par la Conférence des Financeurs de la prévention de la perte d'autonomie ;
- ▶ **L'animation des ateliers Peps Eurêka** a été confiée pour le département du Maine et Loire à l'association Eval'Loire (1 cycle) et à l'association Missions de Soutien d'Accompagnement, d'Insertion et d'Orientalion (MSA IO) pour la Mayenne et la Sarthe (2 cycles).

Partenaires opérationnels

► Les Caisses de Mutualité Sociale Agricole de la région

L'association a contractualisé avec les Caisses de MSA de la région pour la mise en œuvre des actions proposées. Les Caisses de MSA sont les opérateurs des actions de prévention dans leur département et l'Asept assure la coordination en termes de méthodologie, d'évaluation et de recherche de partenariat financier.

► La Mutualité Française des Pays de la Loire et le Comité régional Sports pour tous

Dans le cadre d'une convention pour la mise en place du parcours de prévention « Seniors, soyez acteurs de votre santé ».

Partenaires financeurs des actions

► La Caisse d'Assurance Retraite et de la Santé au Travail (CARSAT) des Pays de la Loire ;

► Le Régime Social des Indépendants (RSI) des Pays de la Loire ;

► Les Caisses de Mutualité Sociale Agricole des Pays de la Loire ;

Ces trois partenaires participent au financement des actions proposées par l'Asept.

► L'Agence Régionale de Santé (ARS) des Pays de la Loire par la signature d'une Convention d'Objectifs et de Moyens (CPOM) pour les années 2014 à 2016 ;

► Mutualia Grand Ouest.

La communication

sur les territoires et vers le grand public

Communication sur les territoires

21 janvier 2016
Galette des Rois
UNIRC de Vendée
au Poiré-sur-Vie

Participation :
Patricia SAUBANÈRE
Chargée d'études de l'Asept

15 février 2016
Journée des Responsables
de Clubs / Assemblée
Générale Générations
Mouvement (Fédération
de Maine-et-Loire) à Angers

Participation :
Patricia SAUBANÈRE
Chargée d'études de l'Asept

21 avril 2016
Assemblée Générale UNIRC
de Vendée au Poiré-sur-Vie

Participation :
Patricia SAUBANÈRE
Chargée d'études de l'Asept

17 mars 2016
Assemblée Générale
FENARA de Loire-Atlantique
à Petit-Mars

Participation :
Samira LEGSIR
Chargée de gestion de l'Asept

22 avril 2016
Assemblée Générale FENARA
de Maine-et-Loire à Ecoflant

Participation :
Patricia SAUBANÈRE
Chargée d'études de l'Asept

Communication vers le grand public

Fabrication de plaquettes
pour les trois actions
déployées sur les territoires



Ouverture du site Internet
www.aseptdl.fr



Les Ateliers du Bien Vieillir

« Votre santé a de l'avenir »

Avec la progression de l'espérance de vie, il est essentiel de responsabiliser les seniors sur leur capital santé pour leur permettre d'aborder l'avancée en âge de façon plus sereine.

Les Ateliers du Bien Vieillir reposent sur une démarche interactive alternant exposés scientifiques, animations, activités physiques, relaxation, et ayant pour objectif de favoriser l'adoption de comportements favorables à la santé pour un vieillissement réussi.

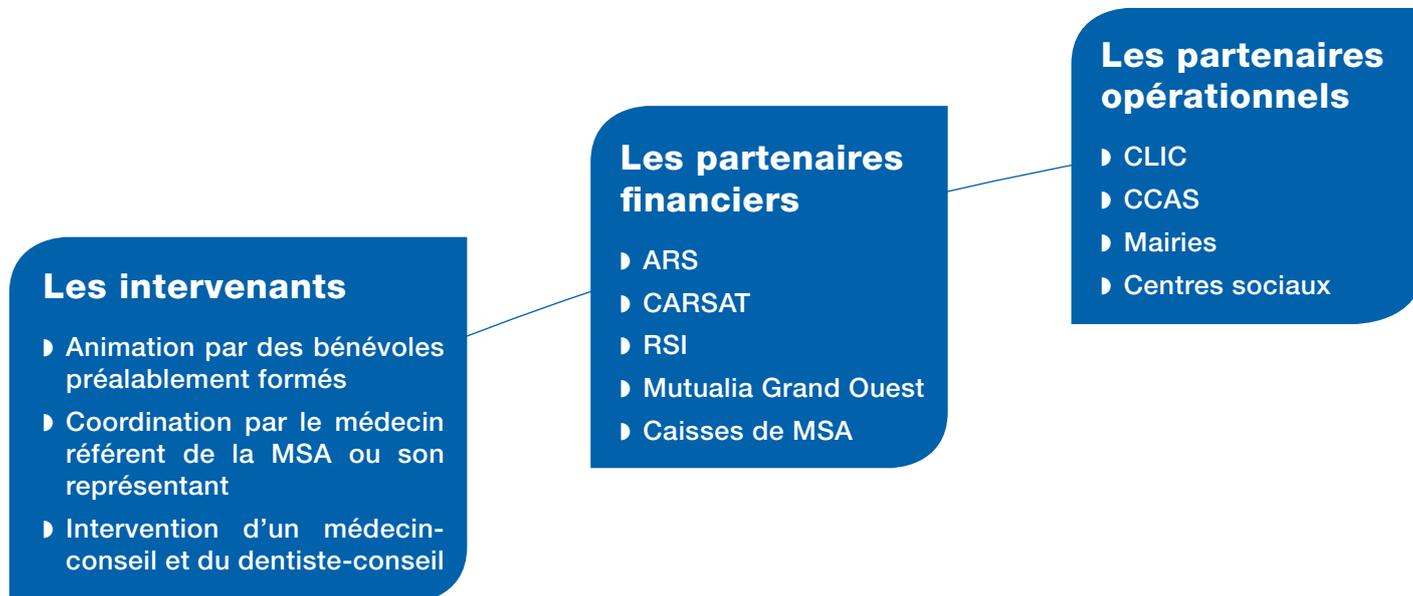
Cette action débute par une conférence ou une réunion d'information, suivie d'un cycle d'ateliers permettant aux participants de mieux gérer leur santé et de s'informer sur les clés du bien vieillir.

Chaque cycle est composé de sept ateliers ayant pour thèmes :

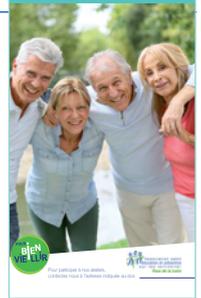
- la qualité de vie - « Bien dans son corps, bien dans sa tête » ;

- la nutrition - « Pas de retraite pour la fourchette » ;
- les organes sensoriels - « Les 5 sens en éveil, garder l'équilibre » ;
- l'appareil musculo-squelettique - « Faites de vieux os » ;
- le sommeil - « Dormir quand on n'a plus 20 ans » ;
- les médicaments - « Le médicament, un produit pas comme les autres » ;
- un module dentaire - « De bonnes dents pour très longtemps ».

L'évaluation au niveau national de cette action démontre un impact positif sur les comportements de santé des participants. Ainsi, elle concourt à la réalisation des objectifs liés à l'accompagnement de l'avancée en âge, la prévention de la dépendance, l'implication des personnes dans leur capital santé, la volonté de vieillir autrement, de choisir et non de subir.



**Cette action est proposée
à toute personne âgée de 55 ans et plus.**



EN 2016

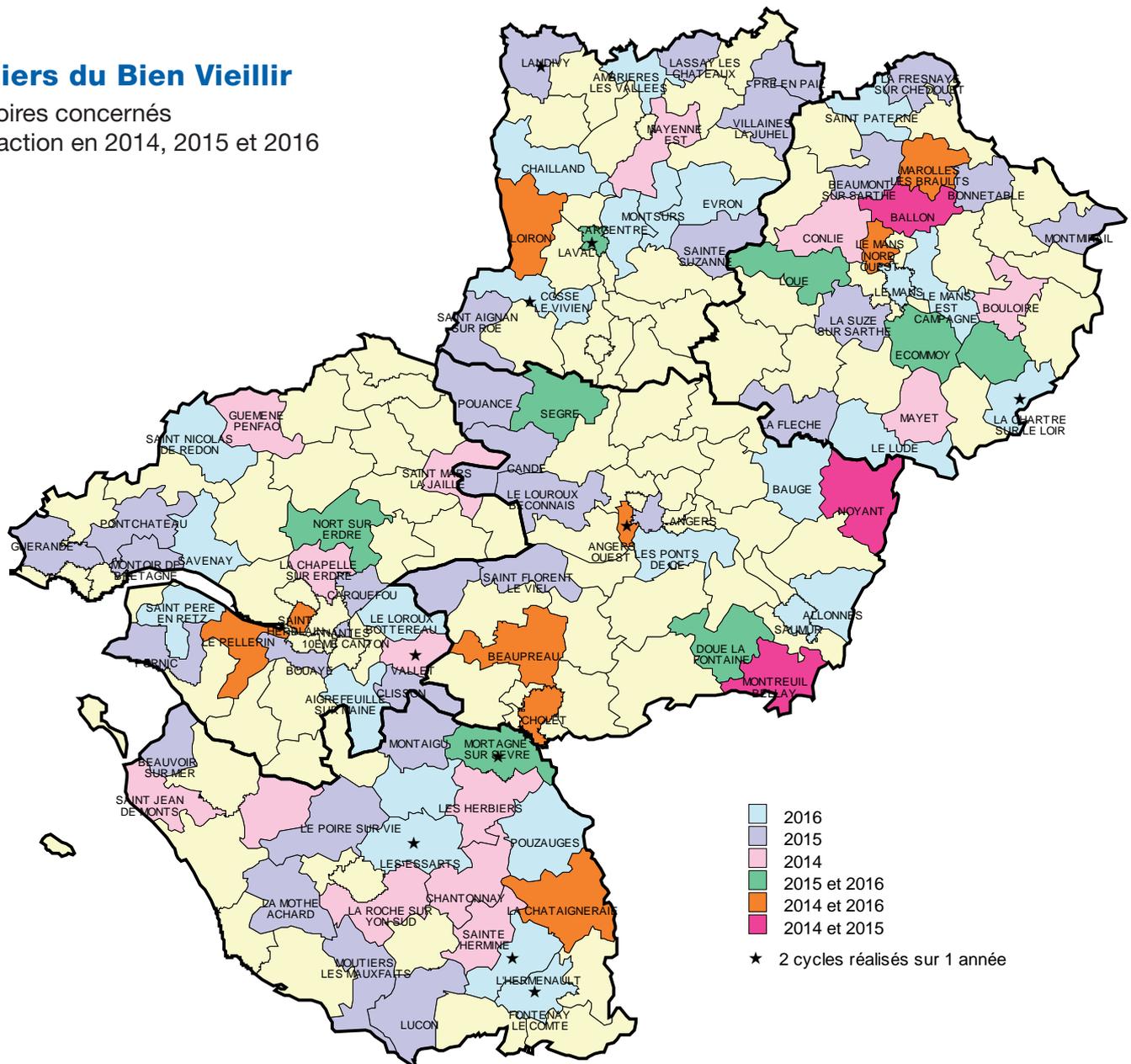
50 cycles ont été réalisés sur la région.

597 personnes ont été concernées par ce programme.

- 41 % dépendaient du régime agricole ;
- 45 % du régime général ;
- 5 % du régime social des indépendants ;
- 9 % d'autres régimes.

Ateliers du Bien Vieillir

Territoires concernés par l'action en 2014, 2015 et 2016



« Avec Peps Eurêka, votre mémoire est en pleine forme ! »

Le nouveau Programme d'Éducation et de Promotion Santé, Peps Eurêka, prend en compte toutes les composantes du « Bien Vieillir ». Ainsi, ce programme global et multidimensionnel, ne cible pas uniquement la mémoire, mais le « bien être » et en général le « mieux vivre ».

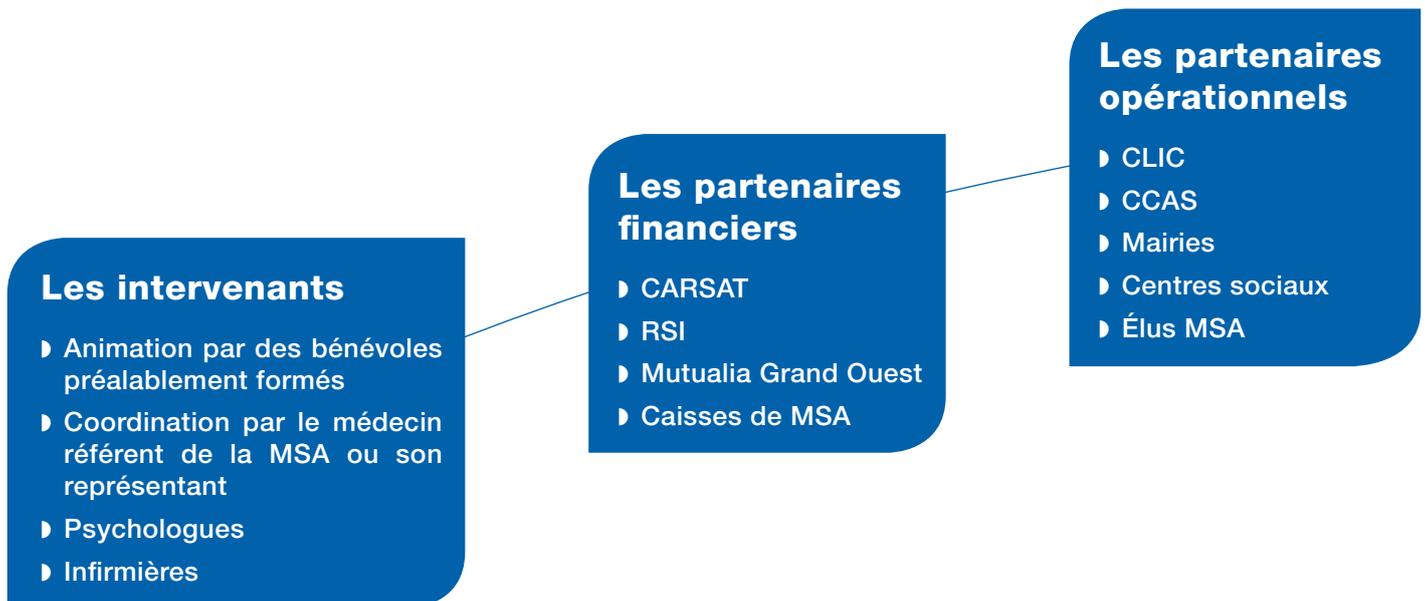
Cette méthode permet de :

- comprendre comment fonctionne la mémoire ;
- prendre conscience des facteurs biologiques susceptibles d'optimiser l'efficacité de la mémoire ou, au contraire de l'entraver ;
- reprendre confiance en soi, en ses ressources cognitives et mentales ;
- s'enrichir et se divertir.

Cette action débute par une réunion d'information, suivie d'un cycle de dix ateliers comportant une partie théorique et des exercices variés et ludiques qui permettent de stimuler et d'entretenir les fonctions de mémorisation du cerveau.

De plus, un focus est effectué sur quatre thématiques du « mieux vivre » en lien avec la mémoire :

- l'affectivité ;
- la nutrition ;
- le sommeil ;
- l'activité physique.



***Cette action est proposée
à toute personne âgée de 55 ans et plus.***



EN 2016

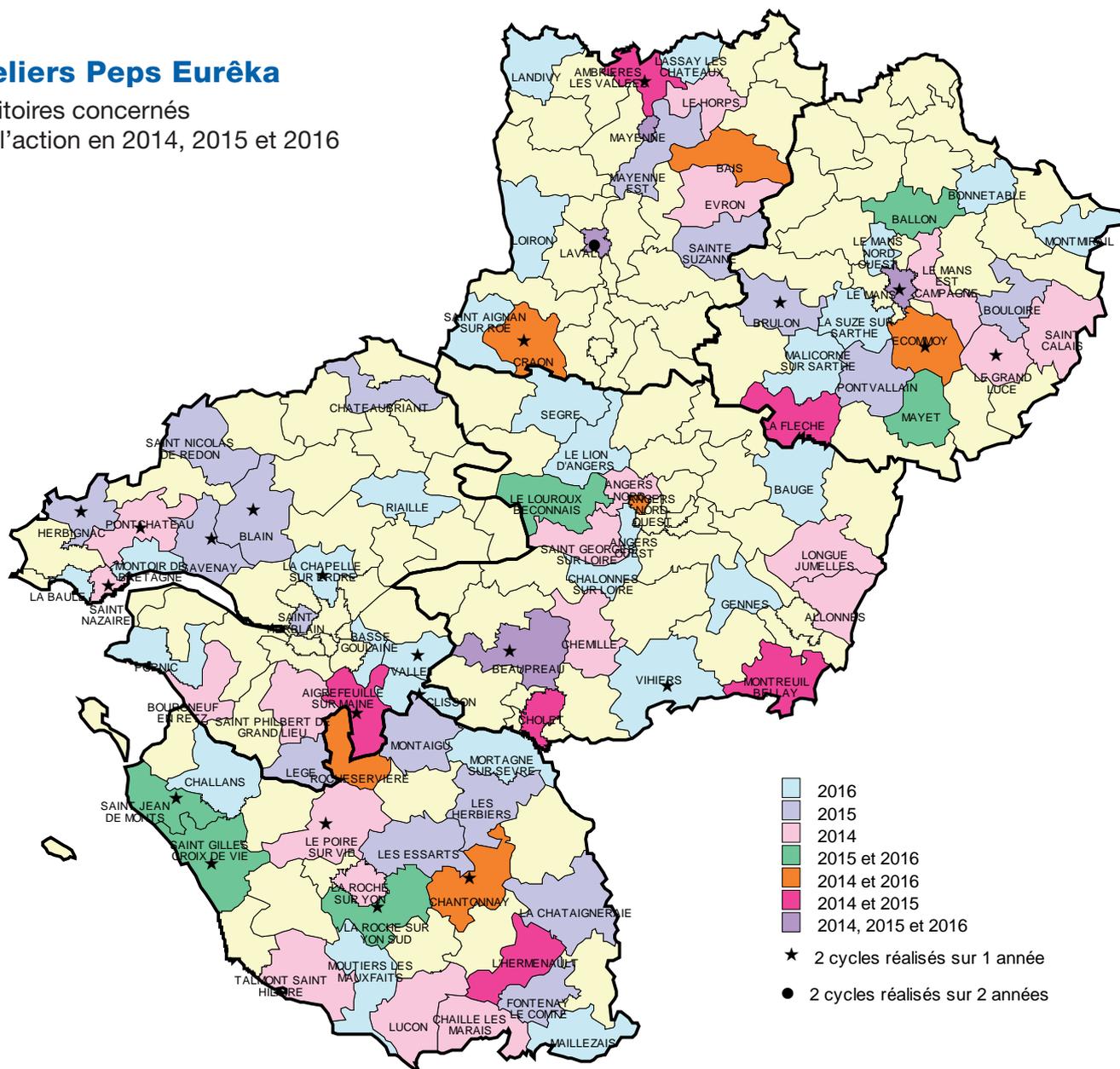
54 cycles Peps Eurêka ont été réalisés sur la région.

683 personnes ont été concernées par ce programme.

- 40 % dépendaient du régime agricole ;
- 46 % du régime général ;
- 4 % du régime social des indépendants ;
- 10 % d'autres régimes.

Ateliers Peps Eurêka

Territoires concernés
par l'action en 2014, 2015 et 2016



Les Ateliers Nutrition

« Bien se nourrir pour rester en forme »

Face aux informations véhiculées sur le lien entre une bonne alimentation et la santé, le comportement alimentaire est devenu une thématique de santé publique.

Mais bien se nourrir, c'est-à-dire adopter une alimentation variée et équilibrée est parfois compliqué.

Les Ateliers Nutrition ont pour objectif de transmettre les clés d'une alimentation équilibrée tout en gardant du plaisir, du goût et de la convivialité. C'est aussi prendre conscience de ses comportements alimentaires et acquérir de nouveaux réflexes pour un bien-être durable.

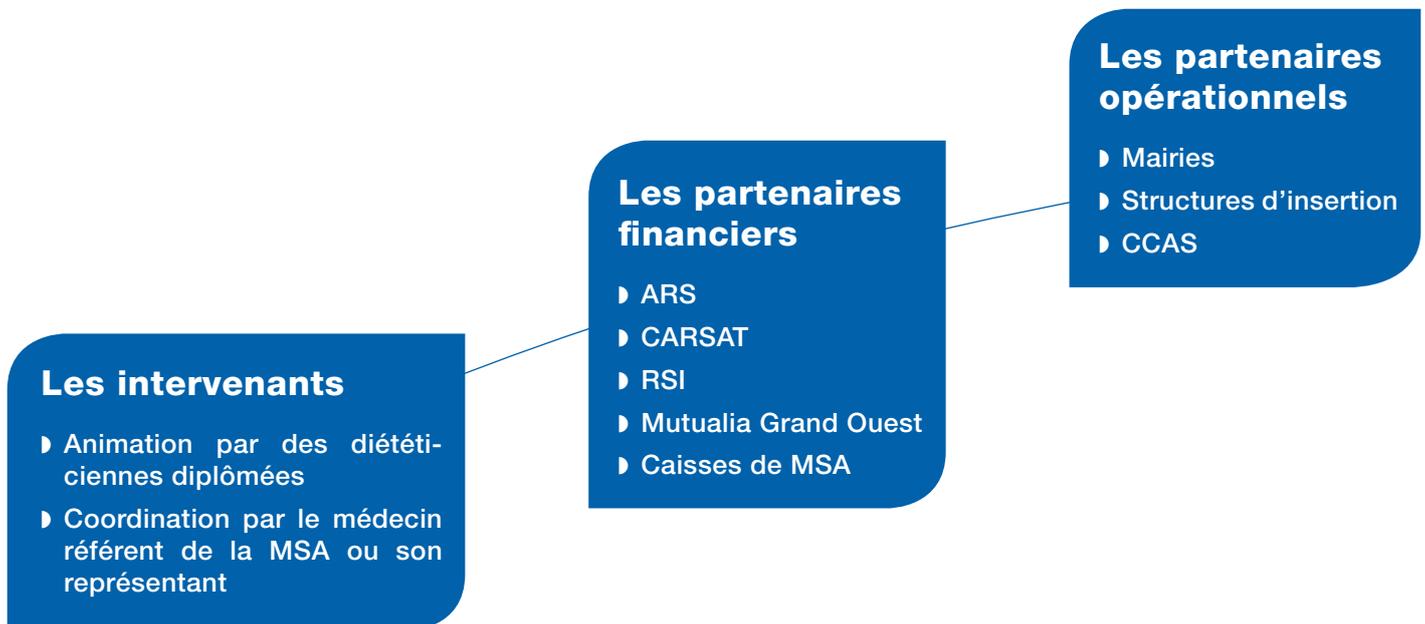
Cette action débute par une conférence ou une réunion d'information, suivie d'un cycle d'ateliers animés par une diététicienne diplômée.

Différentes thématiques sont abordées au cours de ces ateliers, telles que :

- le calcium ;
- les protéines animales et végétales ;
- la vitalité dans l'assiette ;
- comment faire ses courses ;
- les matières grasses ;
- le plan alimentaire ;
- la convivialité ;
- la bonne conservation des aliments ;
- être en forme et le rester.

Chaque cycle est clos par un atelier cuisine permettant la confection d'un repas en commun.

Au cours de ces ateliers, de nouvelles connaissances sont acquises et d'autres consolidées.



***Cette action est proposée
à toute personne intéressée par cette thématique.***



EN 2016

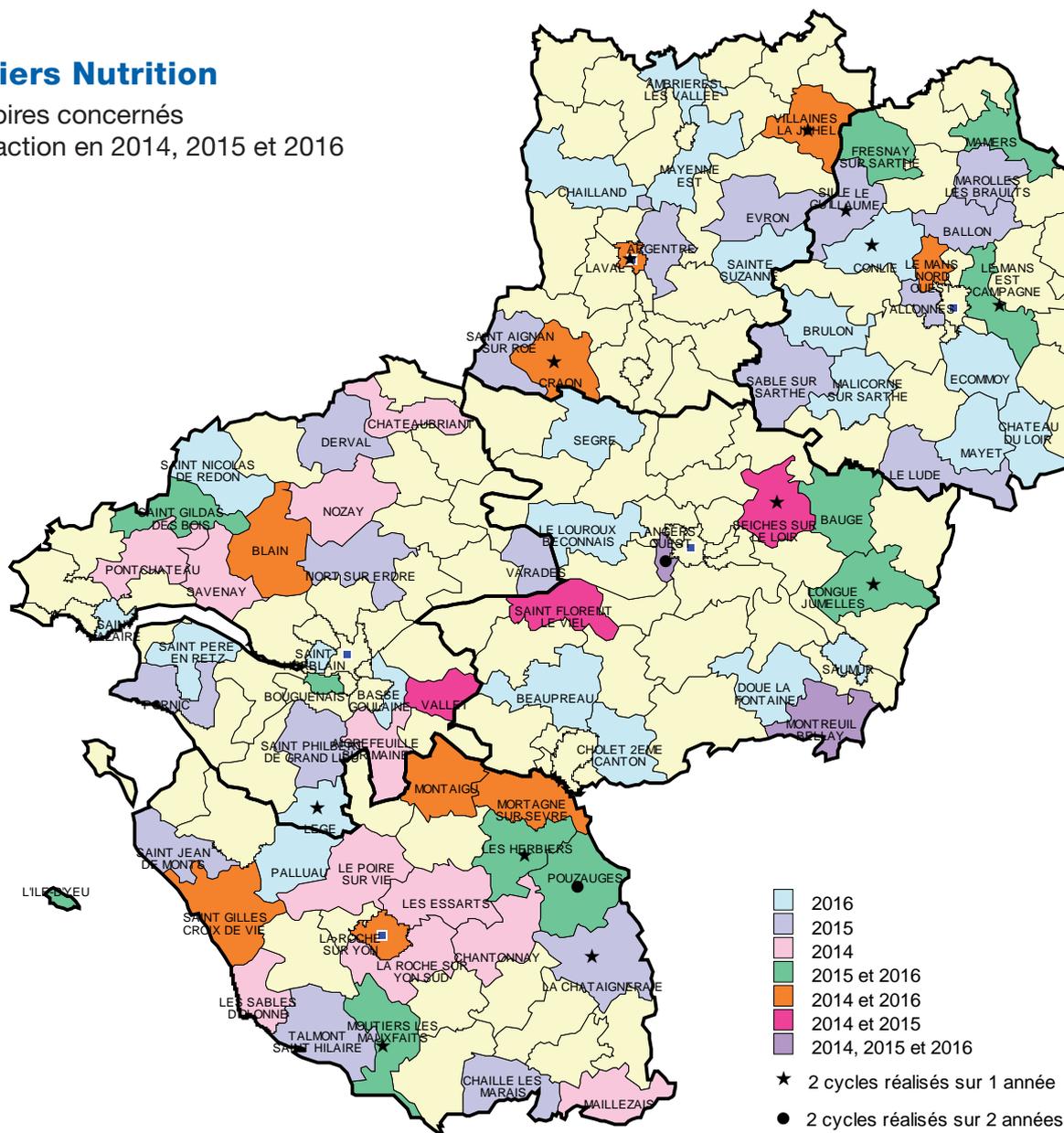
52 cycles ont été réalisés sur la région.

571 personnes ont été concernées par ce programme.

- 36 % dépendaient du régime agricole ;
- 48 % du régime général ;
- 5 % du régime social des indépendants ;
- 11 % d'autres régimes.

Ateliers Nutrition

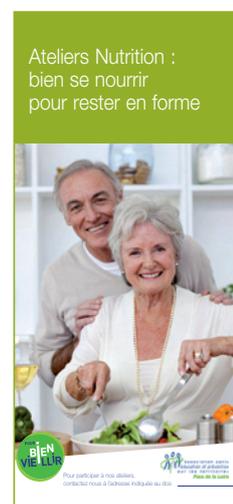
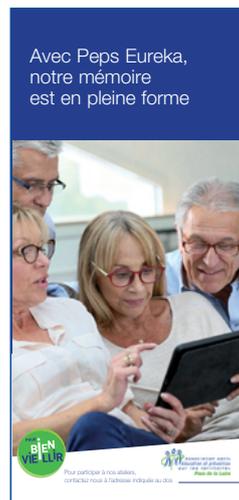
Territoires concernés
par l'action en 2014, 2015 et 2016



EN 2016

Certaines personnes sont entrées dans un parcours de santé en continuant à participer à l'offre de prévention proposée par l'ASEPT.

Ainsi, 74 personnes ont suivi 2 cycles différents et 3 personnes ont suivi 3 cycles différents.



Les animateurs des ateliers

Les Ateliers du Bien Vieillir et Peps Eurêka sont animés par des bénévoles formés au préalable.

Les bénévoles ayant animés des cycles en 2016 se répartissent de la manière suivante au niveau de la région :

	ABV	Peps Eurêka
Loire-Atlantique	7	6
Maine-et-Loire	8	10
Mayenne	7	4
Sarthe	6	7
Vendée	5	7

Par ailleurs, les Ateliers Nutrition sont animés par des diététiciennes diplômées qui se répartissent de la manière suivante pour 2016 :

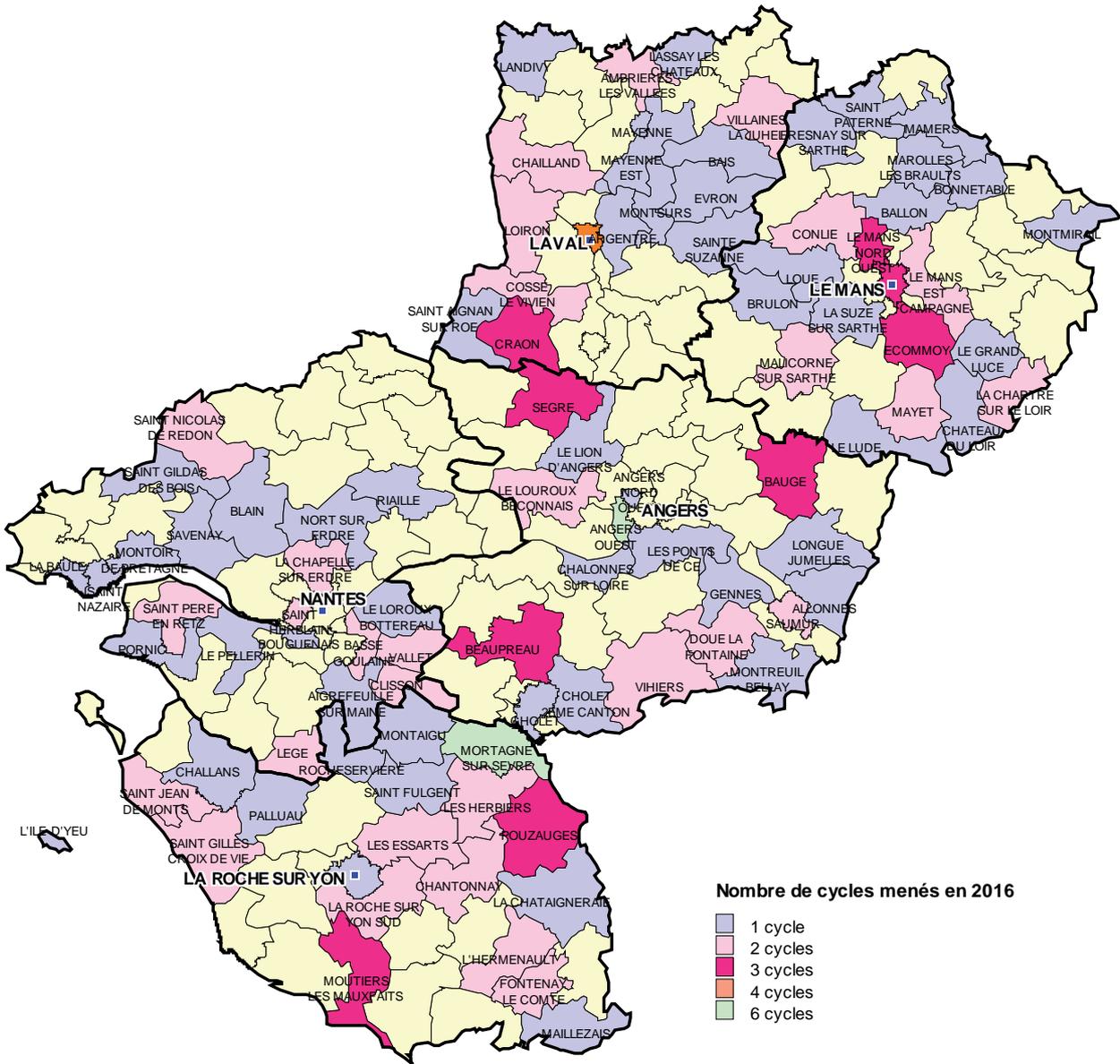
- 6 pour la Loire-Atlantique ;
- 3 pour le Maine-et-Loire ;
- 3 pour la Mayenne ;
- 5 pour la Sarthe ;
- 7 pour la Vendée.



Répartition des actions...

Nombre d'actions menées en 2016 par canton des Pays de la Loire

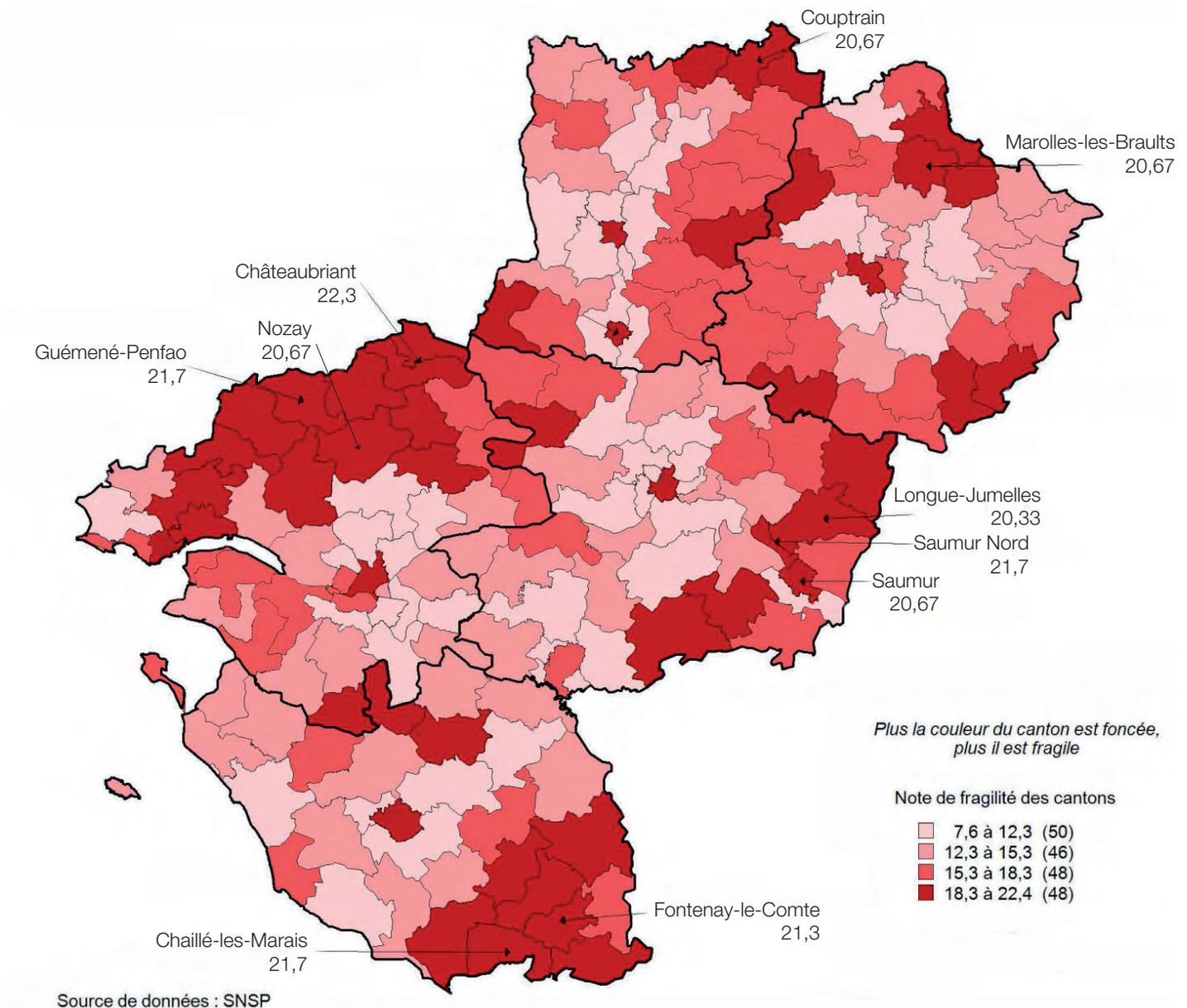
Ateliers du Bien Vieillir - Ateliers Peps Eurêka - Ateliers Nutrition



... et des territoires de fragilité

Degré de fragilité des cantons des Pays de la Loire

au 31 mars 2012



« Seniors, soyez acteurs de votre santé »

L'ASEPT, la Mutualité Française des Pays de la Loire et le Comité régional Sport pour Tous se sont associés par la signature d'une convention afin de proposer aux seniors des actions complémentaires dans le cadre d'un parcours de prévention nommé « Seniors, soyez acteurs de votre santé ».

Ce parcours comprend l'association d'un cycle d'ateliers PIED (Programme Intégré d'Equilibre Dynamique) à l'un des cycles d'ateliers Peps Eurêka, ABV ou Nutrition.

Ainsi, à l'issue des cycles d'ateliers permettant d'aborder les thématiques, telles que la mémoire, la nutrition, le sommeil, les sens, les os, les médicaments et le dentaire, il est proposé aux participants de poursuivre leur parcours de prévention par un cycle PIED permettant d'intégrer les thématiques de la prévention des chutes et de la promotion de l'activité physique.

Suite à une expérimentation mise en œuvre depuis 2013 sur les cantons de Pornic, Clisson, Vallet et Saint-Nazaire, ce parcours a pris une dimension régionale à partir de 2016.

Pour assurer une continuité du parcours proposé, les cycles ABV, Peps Eurêka et Nutrition se déroulent sur le 4^{ème} trimestre d'une année afin de permettre l'enchaînement au cycle PIED sur le début de l'année suivante.

Pour 2016, l'action « Seniors, soyez acteurs de votre santé » est en cours de déploiement sur les territoires suivants :

- ▶ La Chapelle Launay : un cycle PIED après un cycle « Ateliers du Bien Vieillir » ;
- ▶ Baugé : un cycle PIED après des cycles « Ateliers du Bien Vieillir », « Nutrition » et « Peps Eurêka » ;
- ▶ Loué : deux cycles PIED après un cycle « Nutrition ».

« Rencontres Santé Audition - Vision »

L'ASEPT et la Mutualité Française des Pays de la Loire se sont associées afin de proposer aux seniors des « Rencontres santé Audition - Vision ».

Ainsi, sur certains territoires dans le cadre de cycles « Ateliers du Bien Vieillir », les participants ont pu bénéficier d'un temps

collectif permettant des échanges autour des thématiques de la vision et de l'audition, avec la possibilité de faire évaluer leurs sens autour de tests individuels.

Pour 2016, ces rencontres se sont déroulées au cours des cycles « Ateliers du Bien Vieillir » suivants :

	Territoire de réalisation	Nbre de participants à la séance collective	Nbre de participants à la séance de tests auditifs	Nbre de participants à la séance de tests de vision
Loire-Atlantique	Le Pellerin	9	Séance annulée	5
Loire-Atlantique	Nort-sur-Erdre	11	11	9
Vendée	La Châtaigneraie	16	10	12
Vendée	Boufféré	11	9	5
Mayenne	Argentré	10	10	10
Sarthe	Conge-sur-Orne	18	16	16

La thématique de la santé mentale est intégrée dans le périmètre de l'ASEPT Pays de Loire depuis 2014.

Un travail de partenariat s'est construit au niveau régional avec l'ARS des Pays de la Loire qui s'est notamment traduit par la valorisation de trois actions :

Réseau de sentinelles

Cette action a pour objectif de favoriser le repérage des signes de souffrance mentale, en créant une veille locale de personnes sensibilisées au repérage de la crise suicidaire et en organisant des événements dans les territoires pour apporter de l'information, de la compréhension sur le mal-être, sur les structures de soins, sur les associations d'accompagnement.

Elle s'adresse à tout type de public.

Programme « Autrement Dit »

Programme de promotion de la santé mentale et de prévention du suicide pour les personnes âgées.

Le déploiement de ce programme va permettre :

- ▶ aux personnes âgées de pouvoir exprimer leurs difficultés, prendre conscience de leurs ressources et mieux connaître le réseau d'aide existant ;
- ▶ de sensibiliser les bénévoles et les professionnels agissant auprès des personnes âgées à la promotion de la santé mentale et au risque suicidaire.

L'utilisation de ce programme par les bénévoles et professionnels est soumis au suivi d'une formation d'une journée par des experts de la santé mentale (UPS Centre Hospitalier Daumezon, Recherches et rencontres).

Cette action s'adresse à tout type de public.

Séjour « Ensemble pour repartir »

Organisation d'un séjour de répit d'une semaine pour des familles d'exploitants et de salariés agricoles confrontées à d'importantes difficultés d'ordre économique ou familial ou de santé.

Ce séjour permet aux participants de rompre l'isolement et de bénéficier d'un temps de répit. Tout au long de cette semaine, ils peuvent ainsi formuler leurs souffrances et leurs problèmes avec un psychothérapeute. C'est aussi le moment où la question de la santé et les moyens de la préserver est abordée.

EN 2016

- Réalisation de séances Ciné-débat.
- Mise en place de Café-écoute (sous forme de permanence des bénévoles).
- Structuration d'une charte de fonctionnement pour le réseau des professionnels des Organisations Professionnelles Agricoles.
- Poursuite des formations.

EN 2016

Sessions de formation sur Sainte-Cécile, Redon et Challans, permettant l'organisation de nouveaux ateliers au profit des personnes âgées.

- Structures formées sur ces sessions : MARPA, EHPAD, Association d'aide à la personne, Centre hospitalier, Réseau gérontologique, CCAS, Résidence service seniors.
- Personnes formées : Responsables et agents MARPA, Aide-médico-psychologue, Psychologue, Animatrices, Elues, Bénévoles, Médecin, Infirmiers...

Poursuite du développement des ateliers par les professionnels et les bénévoles des structures déjà formées.

EN 2016

- Un séjour mutualisé sur la région au mois d'octobre 2016, se déroulant au Domaine de Port aux Rocs sur la commune du Croisic : 8 familles concernées.

Association de Santé d'Education et de Prévention sur les Territoires (ASEPT) des Pays de la Loire

2 impasse de l'Espéranto

44800 SAINT-HERBLAIN

tél. 02 40 41 38 53

Siret 529 971 152 00010

