

# Colloque Vieillir en santé

16 janvier 2018 - DIJON

## Biographie

### **Elise Barthélémy et Anne-Cécile Jacot, Cnav et Carsat de Bourgogne-Franche-Comté**

Diplômée d'un Master Déficiences et Activités Physiques Adaptées, et formatrice PNNS, **Elise Barthélémy** est chargée de développement Action Sociale à la Carsat de Bourgogne-Franche-Comté. A ce titre, elle suit et supervise des actions de prévention en direction des seniors sur cette région, en particulier sur deux thématiques clés du bien-vieillir : l'équilibre et la nutrition. Elle a participé à l'écriture du référentiel national des caisses de retraite pour les parties « Activités Physiques Adaptées » et « Equilibre » (<http://www.pourbienvieillir.fr/publications-professionnelles>). Dans ses différentes missions, elle promeut l'activité physique auprès des retraités comme outil de prévention du vieillissement.

Diplômée de deux Masters : « Droit sanitaire et social », et « Ingénierie et prévention des risques », **Anne-Cécile Jacot** est responsable du service ingénierie Action Sociale à la Carsat de Bourgogne-Franche-Comté. Aux côtés et avec le soutien actif de nombreux partenaires, elle participe à l'élaboration, au suivi et à la promotion d'actions collectives de prévention au bénéfice des seniors. Celles-ci ont en commun d'encourager ces derniers à rester actifs et « en liens » pendant leur retraite, notamment en pratiquant une activité physique.

Pour ce faire, la Carsat s'appuie notamment sur :

- un programme régional et partenarial de prévention à destination des plus de 60 ans. Ce programme, soutenu par l'ARS, piloté par la GIE IMPA, groupement des caisses de retraites (Carsat, MSA, Sécurité Sociale des Indépendants) en partenariat étroit avec la Mutualité Française de Bourgogne-Franche-Comté, a pour objectif en 2018 de déployer près de 400 ateliers de prévention sur le territoire. Grâce aux relais et partenaires locaux sur lesquels s'appuie le programme, près de 5000 seniors participeront à ces ateliers sur toute la Bourgogne-Franche-Comté en 2018.
- une campagne de communication, les Zastuces « Bien vieillir, ce n'est pas magique... il y a les Zastuces ! », financée et pilotée par le GIE IMPA avec la contribution de ses caisses membres. Pour sa « deuxième saison », 19 retraités de Bourgogne-Franche-Comté livrent leur recette pour bien vivre leur retraite et bien vieillir à travers une série de 40 films courts disponibles sur internet et France 3.

