



GOUVERNEMENT

*Liberté
Égalité
Fraternité*

JOURNÉES NATIONALES DES MAISONS SPORT-SANTÉ

19 & 20 juin 2025 - Vichy



SÈME ÉDITION





Le Gérontopôle AURA

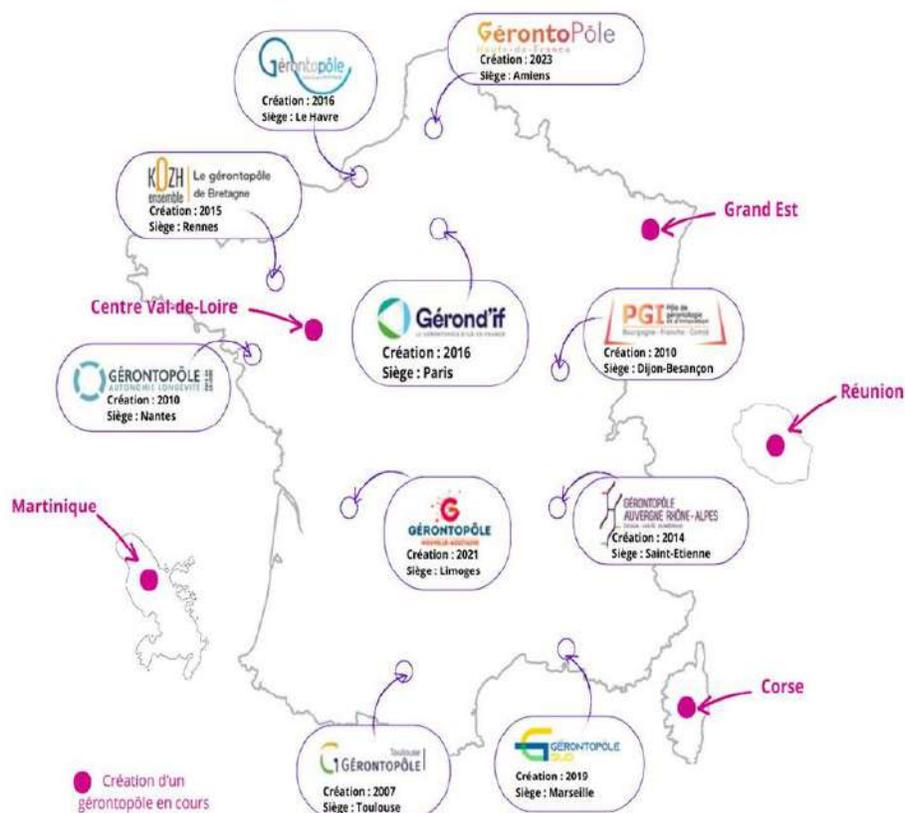
Une association loi 1901

« Concevoir ensemble, agir autrement ! »

Nathalie BARTH / Perrine ROPERS

Une dynamique nationale

- Une reconnaissance juridique des GÉrontopôles régionaux
- Un cahier des charges (2022)
- Une reconnaissance de son utilité



Des projets communs



Une représentation nationale



Une dynamique collective

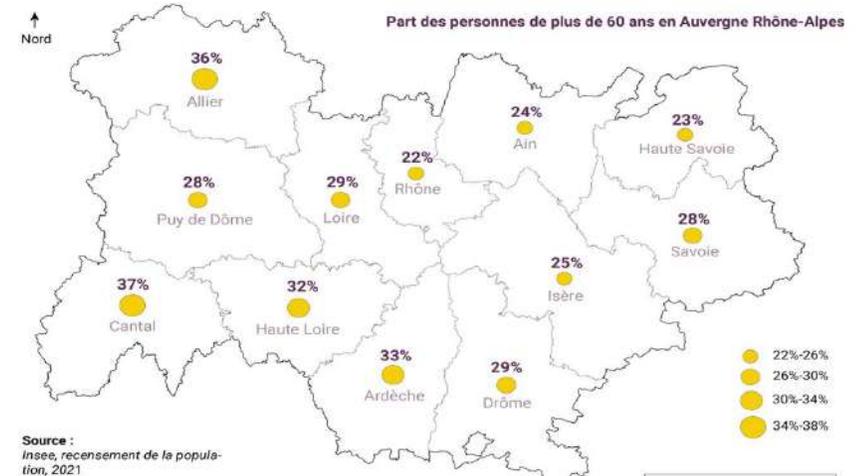


Un partage d'expériences



Les enjeux

- Transition démographique, sociétale, numérique, écologique...
- Des besoins en matière d'accompagnement, soin, coordination des acteurs, accessibilité...



Nos enjeux majeurs

01

Favoriser le développement des innovations économiques, technologiques, sociales...

02

Anticiper et adapter la société au vieillissement.

03

Répondre aux besoins de Santé Publique.



Une équipe pluridisciplinaire

UNE VISION A 360°

15 ETP (+ 1 contrat d'apprentissage)



Nathalie Barth (PhD)
Directrice, Sociologue



Tiffany Guirao
Adjointe adm. et financière



Thomas Franck (PhD)
Ingénierie/ modélisation



Solène Dorier
Psychologue social



Pauline Gouttefarde (PhD)
Santé publique



Perrine Roperts
Animatrice réseau,
Chargée de projet



Capucine Ribeyre
Santé publique,
Marketing social



Pauline Guillot
Biologie cellulaire



David Silva Do Lago
Gestion/management
de projets



Cansu Seden
Psychologue social



Julie Cwiklinski
Sociologie,
Assistante sociale



Camille Villadier
Sociologie



Anaïs Grudé
Sciences politiques



Olivia Devaux
Géographe



Léontine Debarnot
Alternante en
ergonomie



Coralie Mounier
Stagiaire M1 en
sociologie

 = Chargé(e) de projets / animateur réseau

 = Chef(fe) de projets

 = Doctorante



Objectifs

« Le parcours en gérontologie : innovation et recherche au service de la prévention et de l'amélioration de la qualité de vie »



Notre objectif principal

- Centre de ressources
- Centre de preuves et d'expertises



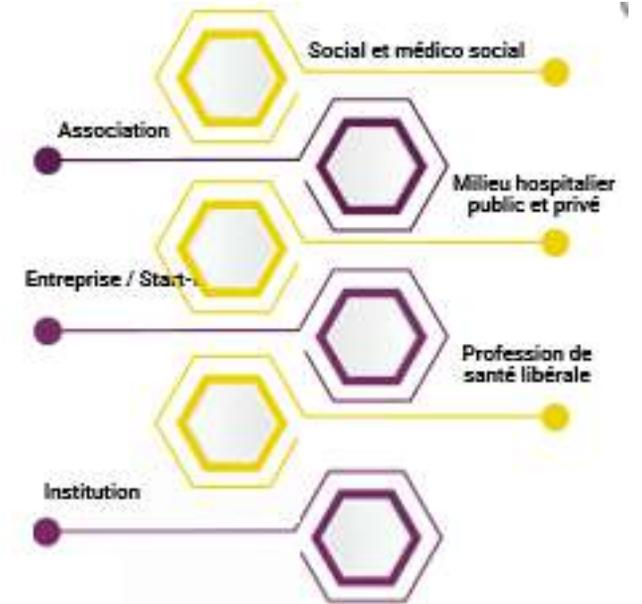
Notre cible

- La personne âgée et son écosystème : usagers, aidants...
- L'ensemble des acteurs de la gérontologie
- La silver économie



Dans quel but ?

- Promouvoir la santé globale des personnes âgées
- Agir sur la qualité de vie des usagers et des professionnels du secteur
- Lutte contre les inégalités sociales et territoriales de santé



4 missions phares

RECHERCHE



01

Porter, soutenir et accompagner des projets de recherche

en gériatrie, contribuant ainsi à l'avancement des connaissances dans le domaine du vieillissement.

ANIMATION RESEAU



02

Animer un réseau en gériatrie

pour favoriser la collaboration et faciliter les interactions entre les différents acteurs.

INNOVATION



03

Accompagner le développement de solutions novatrices

en encourageant l'innovation au service de la qualité de vie des seniors.

FORMATION



04

Contribuer à l'attractivité des métiers du grand âge

en agissant sur la formation et les actions de sensibilisation des professionnels.



Un accompagnement sous différentes formes

DIMENSION ETUDE ET RECHERCHE

- Offre de projets et d'évaluation de projets : Projets scientifiques de recherche appliquée, interventionnelles, recherches cliniques.
- Diagnostic territorial, Expérimentations, Études épidémiologiques, projets européens ...
- Soutien à la RGPD / Ethique.
- Modélisations de parcours de soins - SNDS
- Valorisations scientifiques (articles, congrès...)

ACCOMPAGNEMENT DES COLLECTIVITES LOCALES

- Missions d'expertises et de conseil, aide à la décision
- Accompagnement Contrat local de santé,
- Accompagnement politique de la ville et aménagement (urbanisme)
- Accompagnement ville amies des aînés, CNSA
- Accompagnement programme coordonné, CFPPA...

ACCOMPAGNEMENT DE L'INNOVATION/ ACTION DE PREVENTION

- Projets d'innovation, d'ingénierie (co-construction, design thinking, focus groups...)
- Études d'acceptabilité, d'usage
- Évaluation de projets/ des actions / des organisations
- Mises en lien / terrain d'expérimentations
- Accompagnement Living Lab...

FORMATION ET SENSIBILISATION

- Actions de sensibilisation des professionnels
- Missions de formation (SC2S, Formation initiale et continue...)
- Transfert de connaissances
- Des animations de journées thématiques : prévention / marketing social / évaluation
- Encadrement d'étudiants (thèse de médecine, master 1/2, EN3S...)
- Formation aux élus, aux entrepreneurs, à tous les acteurs



VALORISATION / ANIMATION RESEAU

- Mise à disposition des productions vulgarisées : des outils mobilisables pour tous.
- Actions de prévention tout public
- Journées thématiques régionales, newsletter...
- Diffusion bonne pratique, campagne de prévention, aide à l'essaimage.
- Aide à l'animation du réseau et capitalisation des expériences



► Quels sont les grands défis en AURA ?



► Des projets « scientifiques » qui en découlent



Prévention et promotion de santé

- Valoriser les expérimentations ICOPE, Repérage des fragilités, Prévention des chutes
- Approches intégrées de prévention en lien avec les territoires : Prévention vaccinale, APA, Alimentation-nutrition/ Iatrogénie médicamenteuse/ Prévention des chutes...
- Soutien aux aidants
- Prévention en entreprises
- Lutte contre l'âgisme
- Littératie en santé
- Transition professionnelle, vieillissement en entreprise



Optimisation du parcours de soin

- Approche territoriale des parcours de soin et d'accompagnement
- Coopérations ville-hôpital, médico-social, innovations organisationnelles
- Modélisation des parcours
- Usage du numérique et des données de santé (SNDS, entrepôts donnés de santé) – BIG DATA
- Évaluation des outils, interopérabilité, structuration des données régionales
- Approche médico-économique
- Evolution des pratiques professionnelles - IPA



Virage domiciliaire / Habitat / Urbanisme

- Qualité de vie, autonomie et conditions de vie des aînés
- Mobilité/ accessibilité
- Lutter contre isolement social
- Transition écologique
- Enjeux intergénérationnels, numériques



AXE1 : Prévention /Promotion Santé

- Prevac
- Part'age
- **Biomarks & Apnée**
- **ARS - Plan Antichute**
- Fil back
- **CNSA fonds vital, études d'impact part'a'chute**
- IS-ICOPE
- Prev'Aidants
- Projets medtechlab (previchute, ana)
- **Oncogériatrie et AP**
- Oscar
- Diagnostic CFPPA metropole de Lyon et programme coordonnée
- **RES'APS**

AXE 2: Parcours et Soins

- HFRS
- Stand'Old
- Journée « parcours »
- Epiplaies
- Sensibilisation et Oncogériatrie
- ARS - Hotlines / Equipes mobiles
- ARS - Hébergement temporaire
- Virtu'Oz
- **ACTIPAIR / ACTI MOUV**

AXE 3 : Économie / Innovation

- Edition Living Lab
- Helpy
- Bip bop
- Capse
- Come See Too
- Accompagnement au fil de l'eau des porteurs de projets

AXE 4: Habitat/Urbanisme/Mobilité

- FAMACO
- **Mobilité**
- Évaluation modèle MARPA (UGF)
- Habit'innov

AXE 5 : Formation / Métiers

- Eldicare
- SC2S
- Formation Santé Mentale CNAV
- CNSA formation programme AP et nutrition / prevention/ marketing social...
- Attractivité en AURA (en3s)

AXE 6 : Éthique / Société

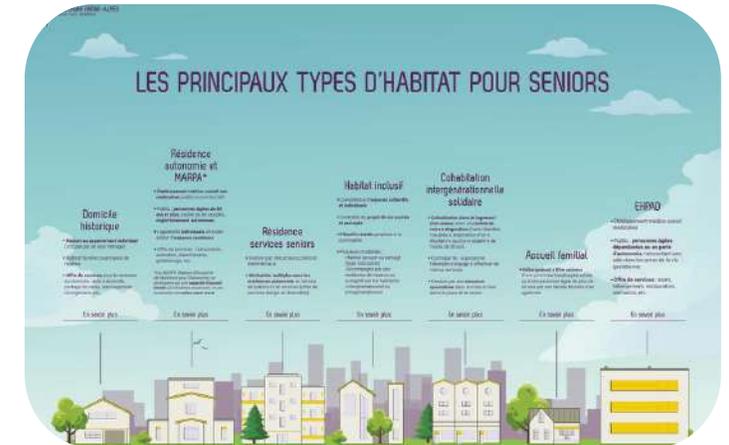
- Agisme
- Reciprox v2
- Santé mentale

Un centre de ressource et d'expertise accessible à l'ensemble des acteurs de la gerontologie (professionnels, acteur de la prevention, usagers, aidants, élus...)

Une animation d'un "reseau" en gérontologie



- ▶ Des journées / animations thématiques régionales (Éthiques, Chutes, Parcours...)
- ▶ Des conférences / web-conférences nombreuses / tables rondes : Alimentation, APA, Vaccination...
- ▶ Une newsletter trimestrielle / un site internet actualisé
- ▶ Une journée annuelle des adhérents
- ▶ Des productions/ outils mobilisables par tous en ligne sur le site internet : Podcasts, Ciné Débat, Escape Game, Mook, Pièce de théâtre / bandes dessinées de sensibilisation....
- ▶ 16 rapports d'études disponible en 2024



Vers une animation reseau thématique – l'exemple de RES'APS

Projet Rés'APS

Créer et animer un réseau de référents en Activités Physiques et Sportives au sein des établissements sociaux et médico-sociaux en région Auvergne Rhône-Alpes



ENJEUX

Vieillesse démographique : un enjeu majeur de société

- L'avancée en âge augmente le risque de maladies chroniques, de la perte d'autonomie et du nombre de chutes

Sédentarité et inactivité chez les personnes âgées

- Les personnes âgées sont physiquement moins actives et plus sédentaires que tous les autres groupes d'âge (*HAS, 2019*)
- La sédentarité est un facteur aggravant : perte de masse musculaire, troubles de l'équilibre, déclin cognitif, isolement et dépression (*HAS, 2019*)

Activité physique : un levier majeur de prévention

- Réponse directe aux enjeux du vieillissement : réduction du risque de maladies chroniques, renforcement du lien social, amélioration de la mémoire, du sommeil, de l'humeur...

➔ Pour autant une **application difficile des recommandations en termes d'APS en EHPAD** compte tenu des difficultés rencontrées (humaines, organisationnelles, résidents, matériels, financières)



CONTEXTE

- **Schéma régional de santé 2023/2028** : développement de l'activité physique, en lien avec les DAPAP et les maisons sport santé.
- **Plan régional antichute** des personnes âgées.
- **Loi du 2 mars 2022** visant à démocratiser le sport en France : rendre le sport accessible à tous et désigner un référent APS dans chaque ESMS
- **Décret n° 2023-234 du 30 mars 2023** encadre la prescription et la dispensation de l'APA (*ALD, Maladies chroniques, patients présentant des facteurs de risques, personnes en situation de perte d'autonomie*).
- **Décret n° 2023-235 du 30 mars 2023** définit officiellement les profils de bénéficiaires éligibles de l'APA.
- **Décret du 17 juillet 2023** : relatif à la désignation, la formation et aux missions d'un référent activité physique et sportive en ESMS.
- **Note d'information interministérielle du 29 février 2024** relative au déploiement de l'APS dans les ESMS du champ de l'autonomie.



OBJECTIFS

Constituer et animer un réseau de référents Activités Physiques et Sportives (APS) en Établissements Sociaux et Médico-Sociaux (ESMS) :

- **Renforcer l'accès à l'APS pour les usagers des EHPAD**
 - Sur le secteur de la personne âgée et des personnes en situation de handicap
 - Dans les 3 territoires académiques identifiés (12 départements / 930 établissements)



Objectifs secondaires

Réduction de la perte d'autonomie chez les personnes âgées

Lutte contre la sédentarité et les maladies chroniques

Amélioration de l'accès à l'activité physique pour tous

Intégration de l'activité physique dans le parcours de soin

Formation et mobilisation des professionnels du secteur médico-social



PLAN D'ACTIONS

Durée : 24 mois


Identifier les référents
APS en ESMS,
leurs pratiques, leurs
ressources, leurs
freins ainsi que leurs
besoins


Répertorier les
offres et
pratiques
existantes d'APS
sur le territoire


Construire et
animer un
réseau de
référents
APS


Accompagner et soutenir
les référents APS dans la
mise en place
opérationnel d'une offre
de pratique adaptée


Suivre et évaluer
l'impact du
réseau sur la
pratique de l'APS
dans les ESMS



PLAN D' ACTIONS

QUESTIONNAIRE EN LIGNE

THÉMATIQUES

1- Désignation d'un référent APS

- Désignation du référent / Temps dédiée
- Missions dans la fiche de poste
- Légitimité du référent dans ce rôle
- Présence d'une rubrique dédiée à l'APS dans projet d'établissement

2- Pratiques liées à l'APS dans l'établissement

- Fréquence des séances / nombre d'heures / nombre de résidents concernés
- Type d'APS proposées / Matériel disponible
- Collaboration avec d'autres professionnels (en interne ou en externe)

3- Freins et besoins

- Difficultés rencontrées : moyen humain, financier, matériel, formation/compétences...
- Type d'accompagnement souhaité


Identifier les référents
APS en ESMS,
leurs pratiques, leurs
ressources, leurs
freins ainsi que leurs
besoins



PREMIERS RESULTATS

46% des établissements sollicités ont répondu au questionnaire

57 % des répondants ont identifié un référent
Les principaux freins à la désignation d'un référent sont :

- des contraintes budgétaires (tant pour le recrutement que pour la formation),
- une méconnaissance du rôle de référent.

Profils des référents identifiés en EHPAD :

- Enseignants ou éducateurs en APS
- animateurs

86 % des EHPAD proposent des APS ; à l'inverse, 12 % n'en proposent pas du tout

Les freins rencontrés dans la mise en place de l'APS concernent principalement :

- Le manque de temps pour investir ce rôle
- Le manque de personnel
- L'absence de budget dédié à l'APS

47 % des répondants déclarent un manque de compétences internes spécifiques à l'APS, et expriment un besoin d'accompagnement sur :

- Les nouvelles pratiques en APS,
- Les intervenants APS et les modalités d'intervention en EHPAD,
- La recherche de financements,
- L'adaptation des activités physiques aux publics accueillis.

Accompagnements souhaités :

- Mise en relation entre référents APS,
- Clarification du rôle et des missions du référent,
- Mise en relation avec des intervenants extérieurs.





GOUVERNEMENT

Liberté
Égalité
Fraternité

JOURNÉES NATIONALES DES MAISONS SPORT-SANTÉ



- **Président : M. Gaël PERDRIAU**

Président de Saint-Etienne Métropole
Maire de la ville de Saint-Etienne

- **Directrice : Mme Nathalie BARTH**

PhD STAPS, Sociologue du vieillissement

- **Président du COSE : Pr Gaétan GAVAZZI**

Chef de service, gériatrie, CHU de Grenoble

CONTACT

GÉRONTOPÔLE AURA



Site de l'Hôpital Bellevue – Pavillon 22
25 boulevard Pasteur 42100 Saint-Étienne



04 77 12 07 32



contact@gerontopole-aura.fr



Gérontopôle AURA



www.gerontopole-aura.fr





GOVERNEMENT

Liberté
Égalité
Fraternité

JOURNÉES NATIONALES DES MAISONS SPORT-SANTÉ



Centre de ressources et de preuves dédié à la prévention de la perte d'autonomie





Cadrage

- **COG Etat-CNSA 2022-2026** : ” Créer un centre national de ressources et de preuves à la CNSA pour la prévention de la perte d'autonomie ”
 - **capitaliser** les actions de prévention probantes et prometteuses
 - **diffuser** de manière accessible, notamment pour éclairer les pratiques et les décisions
 - **élaborer** des référentiels/outils d'aide à la décision (aides tech., actions indiv. et coll.)
 - la CNSA est également attendue dans l'**association de l'ensemble des acteurs**
 - **LOI n°2024-317 du 8 avril 2024** portant mesures pour bâtir la société du bien vieillir et de l'autonomie crée l'Art. L. 223-7-1 du Code de la Sécurité Sociale :
 - ” Un centre national de ressources probantes, intégré à la Caisse nationale de solidarité pour l'autonomie, est chargé :
 - « 1° De recenser et de promouvoir les actions de prévention de la perte d'autonomie ;
 - « 2° D'élaborer des référentiels d'actions et de bonnes pratiques. ”
- Il a vocation à venir en appui de la Conférence nationale de l'autonomie (Art. 1^{er})

Objectif & périmètre



Des **besoins** de prévention et de soins **quasi infinis VS** des **moyens finis** : maximiser l'**impact** des crédits dédiés à la prévention



Un périmètre de travail :

- Les actions collectives de prévention de la perte d'autonomie
- Les 6 fonctions essentielles identifiées par l'OMS (*ICOPE*, 2019)



Des utilisateurs : les conférences des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie (CFPPA), tant les décideurs/financeurs que les porteurs de projets

4 leviers à mobiliser



Atteindre ceux qui en ont le plus besoin et franchir le dernier kilomètre



Renforcer l'offre : étayer, évaluer, essayer



Soutenir les décisions de financement : outiller et valoriser



Diffuser : impliquer et animer

prenons l'âge >>>

du bon côté

Les programmes de prévention et de promotion de la santé « Prenons l'âge du bon côté »

Juin 2025


cnsa
Caisse nationale de
solidarité pour l'autonomie


service public
de l'autonomie

Pour répondre aux enjeux du vieillissement de la population, la CNSA met à disposition des professionnels formés les programmes de prévention et promotion de la santé « Prenons l'âge du bon côté ».

Basés sur des sources scientifiquement validées, ces programmes ont pour but d'encourager l'adoption durable de comportements favorables à la santé et de permettre aux personnes de 60 ans et plus de continuer à faire ce qu'elles ont envie de faire.



Les programmes « Prenons l'âge du bon côté » sont fondés sur des données probantes. Ils sont construits selon une méthode rigoureuse et itérative sur près de 2 ans :

- Une revue de littérature
- Un comité d'experts constitué de scientifiques, médecins, spécialistes de la promotion santé...
- Un test d'acceptabilité auprès d'usagers et un test de faisabilité auprès de porteurs nationaux et locaux
- Une expérimentation en vie réelle



Les 5 principes des programmes « Prenons l'âge du bon côté »



Cibler prioritairement les fonctions essentielles au vieillissement en bonne santé, identifiées par l'Organisation mondiale de la santé (OMS) : la mémoire, la nutrition, la vision, l'audition, le bien être psychologique et la mobilité ;



Mobiliser des ressources validées scientifiquement, des expertises pluridisciplinaires et des usagers dans la conception des programmes ;



Confier l'animation de ces programmes à des professionnels formés ;

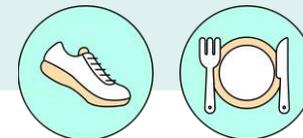


Renforcer la capacité des seniors à être acteurs de leur santé, grâce à une information juste et des ateliers pratiques pour des conseils utiles au quotidien ;



S'adapter à des contextes différents pour garantir la pertinence du programme à travers le territoire en laissant la place à la co-construction des séances ainsi qu'en mobilisant des professionnels et des ressources de proximité.

Le premier programme « activité physique et alimentation » en quelques mots



4 objectifs clairs

- l'augmentation du niveau d'activité physique
- la réduction du niveau de sédentarité
- l'amélioration des habitudes alimentaires
- le développement de liens sociaux entre les participants

Des professionnels experts formés par la CNSA à l'animation du programme



Animateur-coordonateur



Professionnel activité physique adapté



Professionnel diététique-nutrition

Un programme sur 12 semaines

- 10 séances collectives et 2 individuelles sur les habitudes de chacun
- des temps en toute autonomie grâce aux outils mis à disposition
- 2 temps individuels de suivi et bilan à mi-parcours et 3 mois après

8 et 15 participants

de 60 ans et plus



Un guide complet pour mettre en œuvre le programme

Un guide méthodologique est fourni aux professionnels formés. Il comprend :

- **Des fiches repères pour préparer l'action** (objectif, public cible, intervenant, lieux, matériel à mobiliser), et **des notions clés** pour approfondir la compréhension.
- **Des fiches de déroulé pour chaque séance** et les outils d'accompagnement nécessaires
- **Des outils de communication** pour promouvoir le programme

SOMMAIRE DU GUIDE

- 00. Présentation et sommaire du guide
- 01. Comprendre et préparer l'action
 - 01. Quels sont les objectifs et l'approche de l'action ?
 - 02. Quel est le public cible, comment le repérer et le mobiliser ?
 - 03. Quelles sont les ressources nécessaires pour mener l'action ?
Tout savoir sur les intervenants, les lieux et le matériel nécessaires ainsi que les relais locaux à mobiliser.
 - 04. Repères - Les enjeux de l'activité physique et de l'alimentation pour les personnes de 60 ans et plus
Les recommandations essentielles et des définitions complètes sur ces deux déterminants de la santé.
 - 05. Repères - Les ressorts des inégalités sociales et territoriales de santé
Des définitions sur les publics en situation de vulnérabilité, les notions de fragilité, de littératie en santé et d'empowerment.
 - 06. Repères - Méthodologie de projet : les 7 questions essentielles à se poser avant de commencer
- 02. Mener l'action
 - Un dossier pour chaque séance avec le déroulé de l'animation et les outils à utiliser.
 - 00. Techniques pour soutenir les changements de comportements → Utile à chaque séance
 - Séance 01 - Présentation de l'action
 - Séance 02 - Temps d'évaluation condition physique et habitudes alimentaires
 - Séance 03 - Activité physique et alimentation...
- 03. Outils à remettre aux participants
 - Livret du participant
 - Livret d'activités « En toute autonomie »
- 04. Outils de communication
 - Affiches
 - Flyer...
- 05. Socle commun de référence du programme
 - Un tableau avec les principes fondamentaux du programme.
- 06. Bibliographie
 - Les ressources de la revue de littérature réalisée pour le programme.
- 07. Charte d'engagement et contrat de licence
 - Les documents indispensables à signer pour pouvoir déployer le programme.

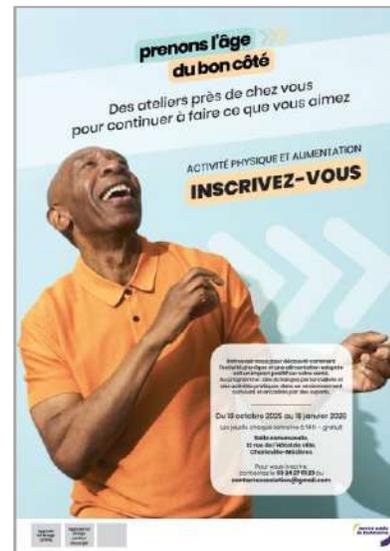
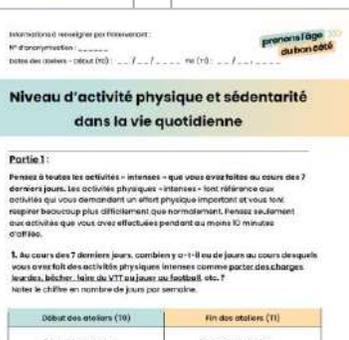
Un guide complet pour mettre en œuvre le programme



60 pages de fiches
« repères »

120 pages de fiches
« déroulé » de séances

Près de 15 outils pour évaluer les habitudes des personnes, animer les séances et leur permettre de poursuivre en toute autonomie les activités



Des outils de communication : affiches, flyer...

La mise en œuvre du programme sur le terrain

- 1 **Un appel à manifestation d'intérêt (AMI)** pour constituer et former un réseau de professionnels afin d'animer le programme.
- 2 **35 journées de formations** financées par la CNSA dans 5 villes de France pour former jusqu'à 875 intervenants de mai 2025 à février 2026 pour le premier programme « activité physique et alimentation ».
- 3 **Des demandes de financement** de la part des équipes formées auprès des canaux habituels dont les CFPPA.
- 4 **Mise en place des actions** sur les territoires par les équipes d'intervenants formés.



Chaque intervenant formé signe **une charte d'engagement et un contrat de licence** d'usage de la marque « Prenons l'âge du bon côté » pour garantir la qualité et l'homogénéité des interventions et de la communication auprès des bénéficiaires et partenaires.

Le calendrier des programmes « Prenons l'âge du bon côté »

2025 : programme sur l'activité physique et l'alimentation – 1^{re} formation des intervenants le 15 mai

2026 : programme sur la santé cognitive

2027 : programme sur la santé mentale

prenons l'âge >>>
du bon côté

Des ateliers près de chez vous
pour continuer à faire ce que vous aimez

Retrouver nos contenus

www.cnsa.fr

*rubrique Informations
thématiques > Prévention*

Nous contacter

centreresources@cnsa.fr