



La Communauté de Communes du Pays de Mormal

Communauté amie des aînés

Rapport d'activités 2017





Sommaire

Sommaire	1
La démarche « Communauté amie des aînés » du Pays de Mormal	4
Impact territorial de la Communauté amie des aînés	10
Engagement Habitat - Permettre aux aînés de vivre « chez eux » le plus longtemps possible	12
Objectif H 1. Permettre aux aînés de rester dans la maison où ils ont toujours vécu	13
Action H 1.1. - Adaptation des logements.....	13
Action H 1.2. - Ateliers « Bien chez soi »	15
Objectif H 2. Promouvoir, animer et coordonner le développement d'alternatives à l'habitat privé	17
Action H 2.1. - Développement de l'habitat alternatif.....	17
Engagement Mobilité - Faciliter les déplacements des aînés	20
Objectif M 1. Développer et promouvoir les cheminements doux et accessibles à tous	21
Action M 1.1. - Développement de cheminements doux.....	21
Objectif M 2. Développer les transports alternatifs	22
Action M 2.1. - Étude de faisabilité du développement de l'offre de transport adapté et/ou à la demande.....	22
Objectif M 3. Sécuriser les déplacements	24
Action M 3.1. - Amélioration de la sécurité routière.....	24
Engagement Vie sociale - Offrir aux aînés la possibilité d'une vie sociale épanouie	26
Objectif VS 1. Rompre l'isolement non choisi	27
Action VS 1.1. - Promotion du lien social par des visiteurs bénévoles formés et encadrés.....	27
Action VS 1.2. - Étude des besoins des personnes handicapées vieillissantes.....	30
Objectif VS 2. Développer une offre culturelle adaptée	31

Action VS 2.1. - Portage de livres à domicile.....	31
Action VS 2.2. - Promotion de la bibliothèque sonore de Valenciennes.....	32
Action VS 2.3. - Programmation d'une offre culturelle spécifique.....	33
Objectif VS 3. Encourager le bénévolat et la participation citoyenne.....	34
Action VS 3.4. - Initiation aux gestes de premiers secours.....	34
Objectif VS 4. Permettre aux seniors d'utiliser les outils numériques.....	35
Action VS 4.1. - Accompagnement à l'utilisation des outils numériques.....	35
Engagement Santé - Préserver la santé des aînés.....	36
Objectif S 1. Proposer des bilans de prévention de la santé.....	37
Action S 1.1. - Bilans de prévention de la santé.....	37
Objectif S 2. Organiser des ateliers de prévention de la santé.....	39
Action S 2.1. - Prévention du risque de dénutrition.....	39
Action S 2.2. - Activité physique adaptée.....	40
Action S 2.3. - Ateliers mémoire.....	42
Action S 2.4. - Ateliers sommeil.....	44
Action S 2.5. - Ateliers de prévention du risque de chute.....	45
Engagement Information - Améliorer l'information des aînés.....	46
Objectif I 1. Renseigner les aînés sur les démarches et contacts utiles.....	47
Action I 1.4. - Rubrique « aînés » sur le site internet de la CCPM.....	47
Action I 1.5. - Lettre d'informations « Seniors en Pays de Mormal ».....	48
Action I 1.6. - Réunions d'informations.....	49
Objectif I 2. Organiser des ateliers de prévention de la santé.....	50
Action I 2.1. - Information des aidants de personnes dépendantes.....	50
Action I 2.2. - Cafés mémoire France Alzheimer®.....	51
Engagement Acteurs - Favoriser les politiques « aînés » des autres acteurs du territoire.....	52
Objectif A 1. Sensibiliser les acteurs.....	53

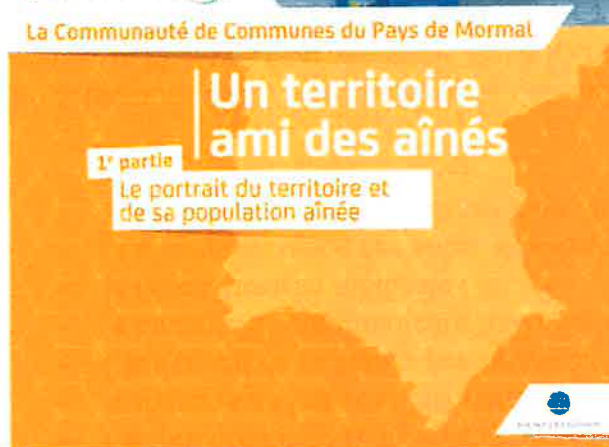


Action A 1.2. - Réunions thématiques d'informations.	53
Action A 1.3. - Guide conseil pour la communication vers les personnes âgées.	54
Objectif A 2. Accompagner les actions.	55
Action A 2.2. - Soutien à l'ouverture des EHPAD sur l'extérieur.	55

Avancée des actions

	Action non commencée.
	Action initiée ou à l'étude.
	Action en cours
	Action achevée.

La démarche « Communauté amie des aînés » du Pays de Mormal



Le portrait de territoire et la synthèse des audits réalisés auprès des aînés sont téléchargeables sur le site internet de la CCPM.

Sous l'impulsion de Denis LEFEBVRE, son Vice-Président chargé de l'action sociale, la Communauté de Communes du Pays de Mormal a adhéré à la démarche « Ami des Aînés » proposée par l'Organisation Mondiale de la Santé. Elle s'est ainsi engagée, la Communauté de communes du Pays de Mormal s'est engagée à adapter la société au vieillissement et à lutter contre l'âgisme.

De la candidature pour entrer dans la démarche jusqu'à la fin du premier cycle, le processus dure environ cinq ans et passe par quatre grandes phases.

Phase 1 : Inclusion dans la démarche

Grâce à l'implication des politiques locaux, le conseil communautaire de l'EPCI a approuvé le 15 mars 2016 l'entrée dans la démarche et l'adhésion au réseau francophone des villes amies des aînés. En septembre 2016, l'adhésion de la Communauté de Communes du Pays de Mormal à la démarche « amie des aînés » a été approuvée par l'OMS. Elle est la première intercommunalité française ainsi labellisée.

Cette démarche est fondamentalement participative. Elle permet aux aînés d'exprimer les points forts mais aussi les points faibles de leur territoire. Ils participent ainsi à le rendre favorable à un bon vieillissement ensemble.

Phase 2 : Élaboration du diagnostic

Pour établir un diagnostic, la Communauté de Communes du Pays de Mormal a d'abord interrogé, en mars 2016, une cinquantaine d'élus puis, en juin et juillet 2016, près de 150 aînés et une dizaine d'aidants. Les thématiques abordées étaient les suivantes : bâtiments et espaces extérieurs - information et communication - culture et loisirs - lien social et solidarité – habitat - transport et mobilité - participation citoyenne et emploi - autonomie, services et soins. Tous les aînés ont fait part de leurs observations sur les



actions menées jusqu'alors en faveur des seniors et ont proposé des idées pour remédier aux difficultés soulevées.

Leurs remarques et idées ont été recensées dans une synthèse téléchargeable sur le site internet de la CCPM. Leurs principales observations étaient :

- la volonté de rester chez eux le plus longtemps possible ;
- l'impossibilité de se promener en sécurité dans certaines communes ;
- le manque de bus et la difficulté de monter à bord ;
- l'isolement de certaines personnes âgées ;
- le manque de communication des activités culturelles ;
- la désertification médicale ;
- la méconnaissance des aides, des structures ;
- l'inquiétude liée à la généralisation du numérique pour les démarches administratives ;
- etc.

En septembre 2016, une synthèse de ces audits a été présentée à une soixantaine de professionnels, fournisseurs de services issus du secteur public, privé ou associatif, qui à leur tour ont fait part de leurs observations et de leurs préconisations.

- la difficulté d'adapter les logements anciens ;
- les conditions financières pour développer l'habitat alternatif et de la nécessité d'avoir un parcours résidentiel (une diversité de logements) ;
- l'existence des MARPA ;
- l'intérêt de l'activité physique adaptée ;
- la nécessité de repenser le rôle des bibliothèques comme des lieux de rencontre multi-activités ;
- l'importance de travailler sur l'engagement bénévole et de le penser en intergénérationnel ;
- les difficultés rencontrées par les personnes handicapées vieillissantes ;
- l'accompagnement indispensable des personnes isolées pour les ramener vers le collectif ;
- le besoin de sensibiliser les aînés aux risques de chute et de dénutrition ;
- etc.

Parallèlement, un portrait du territoire a recensé les services apportés aux seniors dans le Pays de Mormal.



Phase 3 : Plan d'action

3.1. Élaboration du plan d'action

En octobre 2016, une première version du plan d'action a été rédigée sur la base des audits réalisés auprès des élus, des aînés et des professionnels. Il a ensuite été présenté à divers partenaires (Conseil départemental, caisses de retraite...) pour amendements puis présenté en conseil communautaire le 17 novembre 2016.

Alors que le réseau francophone préconisait de ne retenir que certaines actions, la décision politique a été de toutes les initier en même temps.

3.2. Mise en œuvre du plan d'action

Pour mener en parallèle toutes les actions, sept groupes de travail ont été mis en place en janvier 2017 pour une durée de trois ans. Leur responsabilité a été confiée à sept élus communautaires référents :

- Alain FRÉHAUT, Maire de Bavay, référent du groupe « habitat »,
- Jean-Pierre MAZINGUE, Maire de Poix-du-Nord, référent du groupe « mobilité »,
- Jean-José CIR, Maire de Sepmeries, référent du groupe « lutte contre l'isolement non choisi »,
- Jean-Marie SIMON, Maire de Villers-Pol, référent du groupe « personnes handicapées vieillissantes »,
- Raymonde DRAMEZ, Maire de Beaudignies, référente du groupe « culture »,
- Martine LECLERCQ, Adjointe au Maire du Quesnoy, référente du groupe « santé et aidants »,
- Christian DORLODOT, Maire d'Audignies, référent du groupe « communication ».

3.3. Dynamique partenariale

Charte communautaire des solidarités envers les aînés

Plusieurs partenaires se mobilisent pour mener à bien ce plan d'action. La Communauté de communes les invite à signer la charte communautaire des solidarités envers les aînés. Ce document est un engagement moral à partager les valeurs de solidarité, de promotion et de responsabilisation des personnes, en particulier par la valorisation de l'expérience des aînés dans notre société. Le 1^{er} avril 2017, à Poix-du-Nord, l'Agence Régionale de la Santé, le Conseil départemental du Nord, la CARSAT Nord-Picardie, la MSA Nord-Pas-de-Calais, le RSI, le CLIC du Plateau de Mormal-Relais Autonomie, le Centre hospitalier du Quesnoy et AG2R La Mondiale ont été les premiers signataires de la charte.

Le 9 juin 2017, le comité de pilotage de la CADA a décidé d'approuver trois autres partenaires : SOLIHA Sambre Avesnois, le centre de prévention santé de l'AGIRC-ARRCO et la Résidence Harmonie.

Zoom sur deux partenaires



L'essentiel & plus encore

La **Mutualité sociale agricole** appuie méthodologiquement et financièrement la Communauté amie des aînés. Elle anime ainsi deux groupes de travail « Lutte contre l'isolement non choisi » et « Santé et aidants ». Elle prend également en charge l'édition et l'impression des lettres « *Seniors en Pays de Mormal* » (voir l'action I 1.5). Elle a financé l'une des deux représentations théâtrales organisées sur le thème des aidants (voir l'action I 2.1). Enfin, elle a subventionné les ateliers numériques de l'EHPAD Harmonie.



AG2R LA MONDIALE

AG2R La Mondiale nous accompagne sur deux thématiques, l'habitat et la mobilité.

Elle finance ainsi l'étude de Béguinage et Compagnie sur le développement des béguinages dans notre territoire communautaire (voir l'action H 2.1). Le budget ainsi accordé est de 65 000 euros, et a porté en 2017 sur l'accompagnement de 11 communes. En 2018, 4 autres communes seront étudiées et une autre bénéficiera d'un soutien approfondi.

La convention partenariale a été signée le 5 janvier 2018, lors de la cérémonie des vœux de la communauté de communes.

En 2018, AG2R La Mondiale nous accompagnera également sur la mobilité, tant d'un point de vue méthodologique que financier.

Conférence des financeurs

La Loi pour l'adaptation de la société au vieillissement (ASV) a institué dans chaque département une conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie. Elle réunit, sous la présidence du conseil départemental, tous les acteurs du financement de la prévention. Et elle gère un budget alloué par la Caisse Nationale de Solidarité pour l'Autonomie.

Les partenaires de la Conférence des financeurs



Lors du printemps 2017, la CCPM a répondu à un appel à projet de la Conférence des financeurs pour mener des ateliers de prévention de l'autonomie. En novembre 2017, elle a eu confirmation de l'attribution de la somme demandée, 92 000 euros. La Communauté de communes a alors mobilisé huit autres partenaires pour mettre en œuvre les actions :

- l'Association Familles Rurales en Avesnois Mormal (FRAM) à Bavay,
- le club de gymnastique adaptée de Taisnières-sur-Hon,
- l'association « les amis des aînés » de Hon-Hergies,
- l'association « la Rhônelle » à Villereau,
- la Résidence Harmonie au Quesnoy,
- le Centre Communal et d'Action sociale (CCAS) de Poix-du-Nord,
- le Centre Social et Culturel Edouard Bantigny à Landrecies,
- l'association « les sens du goût » au Quesnoy.

Les actions ainsi organisées sont les suivantes :

- activité Physique Adaptée à domicile pour 50 bénéficiaires,



- ateliers collectifs d'activité physique adaptée (15 ateliers),
- développement du lien social via des ateliers informatiques (5 ateliers),
- développement du lien social par la stimulation de la mémoire (3 ateliers),
- développement du lien social grâce au jardinage (1 atelier),
- développement du lien social par la rupture de l'isolement (1 atelier).

3.4. Assemblée des seniors

En octobre 2017, une assemblée des seniors s'est créée. Elle est composée de toute personne volontaire de plus de 55 ans, à l'exception des élus communautaires. Pour l'instant, une quarantaine d'aînés l'ont rejointe. Certains se sont librement positionnés dans les groupes de travail. D'autres ont choisi de donner une appréciation sur la conduite de la CADA ou de promouvoir ses actions auprès d'autres seniors.

Phase 4 : retour sur expérience

Cette phase débutera fin 2019. Elle consistera à produire un bilan global des résultats de la CADA, à l'analyser et à proposer une méthodologie permettant, le cas échéant, de conduire un nouveau cycle d'action.

Impact territorial de la Communauté amie des aînés

L'impact territorial de la Communauté amie des aînés peut être analysé grâce à deux indicateurs :

- la population âgée ayant participé aux activités proposées et sa répartition territoriale ;
- les communes ayant manifesté leur intérêt pour la politique mise en œuvre.

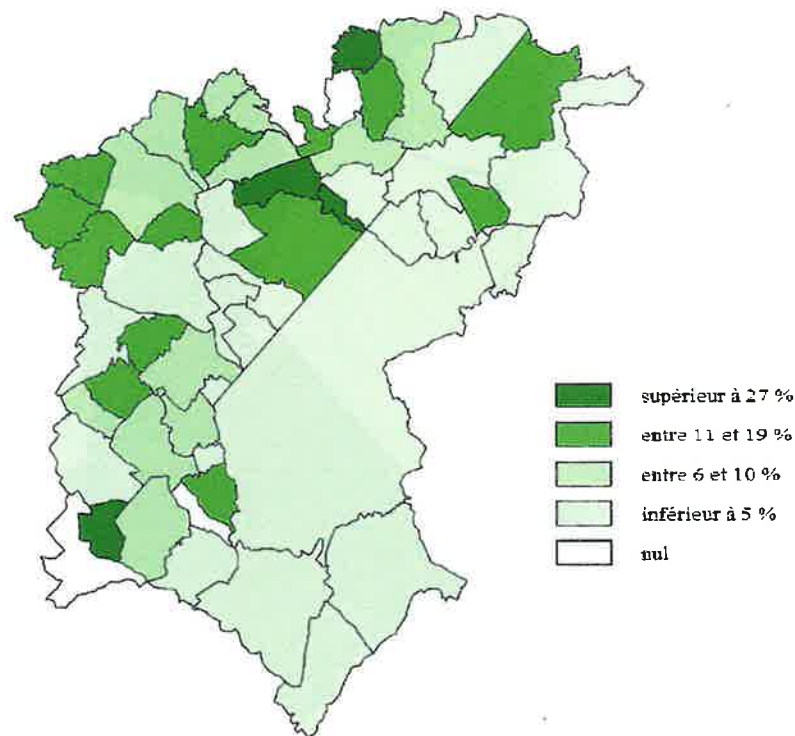
La population âgée ayant participé aux activités

En 2017, 749 aînés différents ont fréquenté au moins un atelier, une conférence, une réunion de l'assemblée des seniors... 730 habitaient la Communauté de communes du Pays de Mormal, soit 97,46 % des participants. Les autres venaient des territoires voisins, Belgique comprises ; une d'Aubenas.

Les 730 habitants du territoire venaient de 50 des 53 communes. Ils représentent 6,55 % des 11 153 habitants des plus de 60 ans recensés en Pays de Mormal en 2014.

Les quatre communes où les habitants ont le plus participé aux activités par rapport au nombre de personnes de 60 ans et plus sont Croix-Caluyau (33 %), Amfroipret (30 %), Preux-au-Sart (29 %) et Gussignies (27 %). Les communes suivantes sont à moins de 20 %.

La mise en place d'un atelier dans une commune implique de la part du service action sociale de la CCPM une rencontre préalable avec le Maire, le CCAS, le président du club des aînés. Il y a ensuite édition d'un tract de promotion que la commune diffuse ensuite dans les boîtes aux lettres.

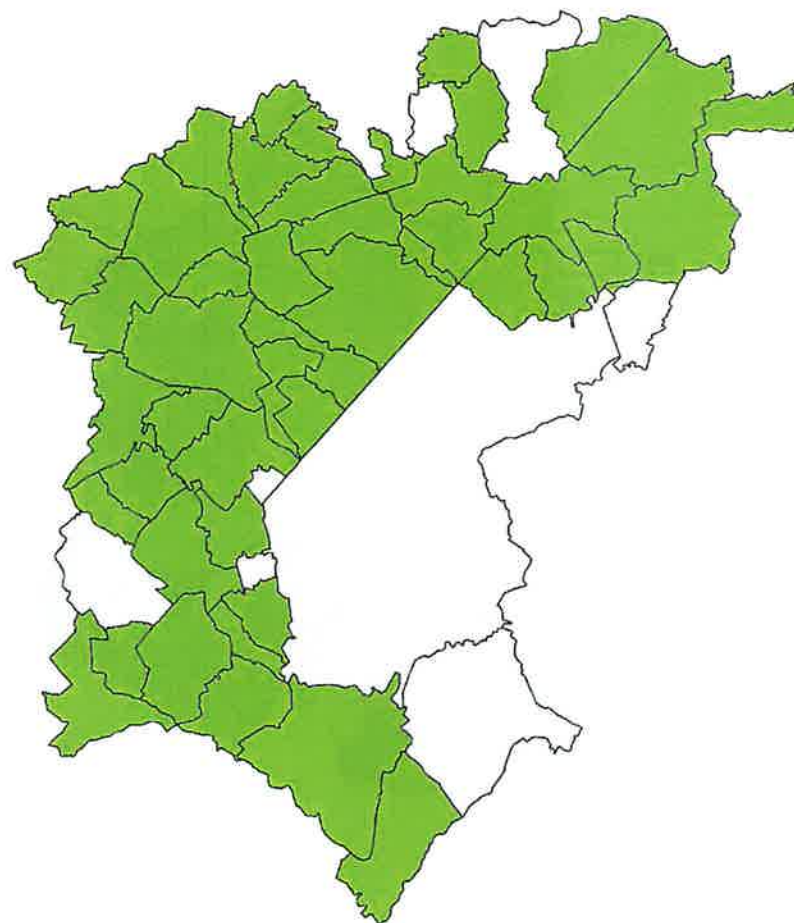


Taux de participation des seniors aux activités proposées par la CADA.

Les Communes impliquées dans la CADA

47 communes sur 53 (88,67 %) ont :


- soit apporté leur concours aux actions de la CADA par la mise à disposition de salles et la diffusion de tracts aux habitants ;
- soit répondu aux différentes enquêtes (béguinage, cheminements doux, transport adapté, isolement).



Engagement Habitat

Permettre aux aînés de vivre « chez eux » le plus longtemps possible


Objectif H 1. Permettre aux aînés de rester dans la maison où ils ont « toujours » vécu.

Action H 1.1. Adaptation des logements. 

Action H 1.2. Ateliers « Bien chez soi ». 

Action H 1.3. Solidarité jardins des personnes âgées. 

Objectif H 2. Promouvoir, animer et coordonner le développement d'alternatives à l'habitat privé.

Action H 2.1. Développement de l'habitat alternatif. 

Engagement Habitat : Permettre aux aînés de vivre « chez eux » le plus longtemps possible.
Objectif H 1. Permettre aux aînés de rester dans la maison où ils ont toujours vécu.



Action H 1.1. - Adaptation des logements.

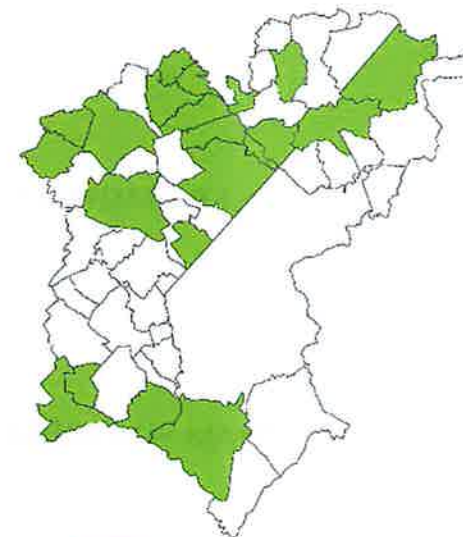


Porteur

Le service action sociale de la Communauté de Communes du Pays de Mormal.

Objectifs

Conseiller les aînés pour les convaincre d'adapter leur logement.
Promouvoir les aides.



Réalisation

Guide sur l'adaptation pour les propriétaires occupants



La Communauté de Communes du Pays de Mormal a adapté le guide de l'ANAH « *Mon chez-moi avance avec moi* » et en a imprimé 2 000 exemplaires.

Une diffusion de manière accompagnée aux personnes concernées a été souhaitée par les responsables du groupe de travail. Il importe en effet que des relais en expliquent le contenu pour lever les premiers freins à l'adaptation.

Pour cela, la Communauté de Communes du Pays de Mormal a informé les élus, membres de CCAS et secrétaires de mairie lors de quatre réunions, réparties sur le territoire. La directrice de l'association SOLIHA Sambre Avesnois, Madame Aurélie CHOPIN, y a présenté son organisme, l'importance d'adapter le logement, des exemples de dispositifs et de travaux et les aides possibles.

28 communes y ont été représentées (voir carte ci-dessus). Des guides leur ont été remis pour diffusion aux aînés concernés.

Engagement Habitat : Permettre aux aînés de vivre « chez eux » le plus longtemps possible.
Objectif H 1. Permettre aux aînés de rester dans la maison où ils ont toujours vécu.



À destination des bailleurs sociaux

Le 23 mars, la Communauté de Communes du Pays de Mormal a invité les bailleurs sociaux et les communes concernées à un exposé de la CARSAT sur l'évolution de la réglementation quant à l'adaptation des logements sociaux et des aides possibles.

Une commune y était représentée et une autre avait envoyé des informations. Un bailleur, Promocil, y a participé.

Pendant longtemps, lorsqu'une personne avait adapté son appartement, sa famille ou elle devait le remettre à l'état d'origine lorsqu'elle partait ou mourrait. Désormais, un logement adapté le reste.

D'autre part, la CARSAT attribue une aide d'un montant maximum de 3 500 euros pour l'adaptation ou la rénovation énergétique d'un logement social ou privé.

Partenaires mobilisés

- 11 logements adaptés.
- 18 logements rénovés énergétiquement + 4 dossiers en cours d'examen au 31 décembre 2017.



Engagement Habitat : Permettre aux aînés de vivre « chez eux » le plus longtemps possible.
Objectif H 1. Permettre aux aînés de rester dans la maison où ils ont toujours vécu.



Action H 1.2. - Ateliers « Bien chez soi »



Porteur

SOLIHA Sambre Avesnois.

Objectifs

Démontrer qu'il est possible de rendre son logement facile à vivre au quotidien sans le modifier considérablement, ni bouleverser ses habitudes.

Apporter des conseils pratiques sur les aménagements du domicile permettant d'y vivre le plus confortablement possible en répondant à ses nouveaux besoins.

Lever les freins à la réalisation de travaux.

Mettre en situation et tester le matériel afin d'aider la personne à se projeter et ainsi démontrer qu'adaptation ne rime pas avec vieillesse et dépendance.

Informers les personnes sur les aides publiques pour adapter le logement et ainsi les rendre acteurs dans la recherche et la mobilisation des dispositifs existants.

Réalisation

SOLIHA Sambre-Avesnois a proposé dans les communes de Taisnières-sur-Hon, Poix-du-Nord et Le Quesnoy des ateliers de mise en sécurité du domicile financés par la CARSAT. Chacun se déroulait en 5 demi-journées consacrées aux points suivants :

- Astuces et conseils pour un logement pratique et confortable,
- Bons gestes et postures à adopter pour être bien au quotidien,
- Accessoires innovants pour se faciliter la vie,
- Rendre son habitat durable : santé, sécurité, confort, économie,
- Aménagement du logement et aides existantes.

La Communauté de Communes du Pays de Mormal a apporté son appui dans le choix des communes et le relais de la communication.

Engagement Habitat : Permettre aux aînés de vivre « chez eux » le plus longtemps possible.
Objectif H 1. Permettre aux aînés de rester dans la maison où ils ont toujours vécu.



- 3 ateliers de 5 séances.
- 14 personnes sensibilisées.

Partenaires mobilisés



Action H 2.1. - Développement de l'habitat alternatif



Porteur

Le service action sociale de la Communauté de Communes du Pays de Mormal.

Objectifs

Rédiger un cahier de recommandations pour orienter le développement de l'habitat alternatif, tant qualitatif que quantitatif.

L'intégrer au PLUi.

Promouvoir l'habitat alternatif dans les communes.

Conseiller les communes.

Veiller à une répartition sur tout le territoire communautaire de l'habitat adapté.

Suivre son développement.

Définition de l'habitat alternatif

Lors des audits, les aînés ont rejeté de manière unanime les EHPAD (maisons de retraite). Pour autant, la maison où ils vivent depuis longtemps n'est pas forcément adaptée à la perte d'autonomie, ni adaptable.

L'habitat alternatif constitue donc une solution intermédiaire entre cette maison et l'EHPAD. Il peut prendre plusieurs formes.

Les béguinages sont des groupes de petites maisons adaptées (type 2 ou 3). Les Maisons d'Accueil et de Résidence pour l'Autonomie (MARPA) sont des béguinages avec du personnel dédié et un lieu de vie collectif.

Réalisation

Cahier de recommandations pour la création d'habitats alternatifs



Le groupe de travail HABITAT a défini un cahier de recommandations pour la création de béguinages. Il tient compte des besoins des aînés en termes de tranquillité, de sécurité, de convivialité ou de liens intergénérationnels. La mixité sociale dans l'élaboration de programmes de logement y est également mentionnée comme un objectif à atteindre.

Engagement Habitat : Permettre aux aînés de vivre « chez eux » le plus longtemps possible.
Objectif H 2. Promouvoir, animer et coordonner le développement d'alternatives à l'habitat privé.



Intégration de cette dynamique dans le Plan local d'urbanisme intercommunal (PLUi)

Le Projet d'Aménagement et de Développement Durable (PADD) est la clef de voûte des PLU. Le nôtre intègre un axe important sur le logement des personnes âgées. Cela traduit une volonté politique forte, volonté politique forte de la Communauté de communes du Pays de Mormal.

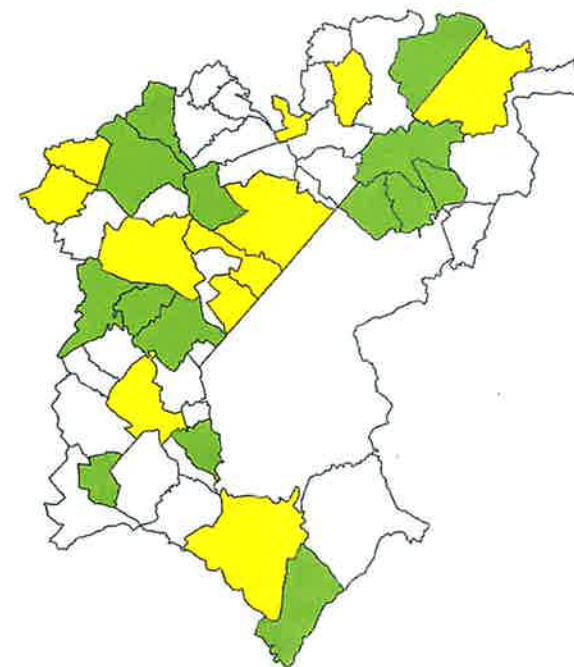
Accompagnement de la création de béguinages

Grâce au financement d'AG2R La Mondiale, Béguinage et compagnie a réalisé une étude d'opportunité dans onze communes. Pour les définir, Alain FREHAUT, référent du groupe habitat, avait envoyé début mai aux Maires de la Communauté de Communes du Pays de Mormal un questionnaire leur permettant de manifester leur intérêt. 23 communes avaient répondu. Les critères de sélection étaient les suivants : démographie des plus de 75 ans, emplacement du terrain, maîtrise foncière, proximité des écoles et services, répartition sur le territoire / CADA.

Le même questionnaire a été renvoyé aux communes en novembre 2017 en prévision des études 2018.

Les communes ainsi étudiées en 2017, en jaune sur la carte, sont Bellignies, Gommegnies, Jolimetz, La Flamengrie, Landrecies, Le Quesnoy, Maresches et Sepmeries (étudiées ensemble), Poix du Nord, Taisnières-sur-Hon et Villereau.

Pour cette étude, M. Jean-François Trochon, dirigeant de Béguinage et Compagnie, a rencontré les onze Maires ou Adjointes en charge du dossier. Fin novembre, il avait organisé des réunions publiques dans neuf communes, pendant lesquelles 73 personnes avaient manifesté un intérêt par le projet de béguinage.



Communes ayant répondu à l'enquête sur les béguinages. En jaune, les communes retenues en 2017 pour l'étude de M. Trochon ; en vert les non retenues (4 le seront en 2018).

Engagement Habitat : Permettre aux aînés de vivre « chez eux » le plus longtemps possible.
Objectif H 2. Promouvoir, animer et coordonner le développement d'alternatives à l'habitat privé.



M. Trochon, de Béguinage et compagnie, synthétise la réunion collective avec les habitants de Taisnières-sur-Hon.

Il se dégage de cette étude un net intérêt pour l'habitat groupé que représente le béguinage, une forte volonté des habitants de rester dans leur commune, leur préoccupation sur la désertification médicale, et une inquiétude importante sur la mobilité (« sans voiture, comment rester dans le village ? »). Nous pouvons aussi noter la question abordée à plusieurs reprises lors des réunions publiques sur la mixité sociale, et la volonté d'accéder à un logement de type béguinage, même si les revenus sont supérieurs aux barèmes des bailleurs sociaux.

4 communes seront étudiées de la même manière en 2018.

Discussions pour la création d'une MARPA et d'une MARPAHvie.

Voir l'action VS 1.2. Étude des besoins des personnes handicapées vieillissantes.

- 23 communes ayant répondu au questionnaire.
- 11 communes étudiées en 2017.
- 189 participants aux réunions publiques.
- 16 personnes rencontrées individuellement.

Partenaires mobilisés



AG2R LA MONDIALE



Béguinage & Compagnie

Engagement Mobilité

Faciliter les déplacements des aînés

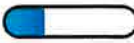
Objectif M 1. Développer et promouvoir les cheminements doux accessibles à tous.

Action M 1.1. Développement de cheminements doux. 

Objectif M 2. Développer les transports alternatifs.

Action M 2.1. Étude de faisabilité du développement de l'offre de transport adapté. 

Objectif M 3. Sécuriser les déplacements.

Action M 3.1. Amélioration de la sécurité routière. 

Action M 3.2. Adaptation de l'éclairage urbain. 

Action M 1.1. - Développement de cheminements doux.



Porteur

Le service action sociale de la Communauté de Communes du Pays de Mormal.

Objectifs

Définir un cahier de recommandations pour que les cheminements créés soient accessibles à tous puis planifier l'accessibilité des circuits existants.

Promouvoir les circuits adaptés.

Réalisation

Cahier de recommandations pour la création de nouveaux cheminements



Le groupe de travail MOBILITE / Cheminements doux a défini un cahier de recommandations pour la création de nouveaux cheminements. Il reprend la nature du revêtement, la largeur de la voirie, la distance séparant les bancs ou les fauteuils bridges... Il a ensuite été validé par le responsable « accessibilité » de la DDTM.

Analyse de l'accessibilité des sentiers de randonnée existant



Le groupe de travail a également établi une grille d'analyse de l'existant. Elle a été testée à Englefontaine lors d'une matinée ayant permis de la transmettre aux deux agents de la brigade d'entretien des sentiers de randonnée du Parc naturel régional de l'Avesnois.

Recensement de circuits adaptés



En juin, les communes ont été invitées à nous communiquer des circuits accessibles.

- 1 cahier des charges défini.
- 1 grille d'analyse de l'existant.

Partenaire mobilisé



Action M 2.1. - Étude de faisabilité du développement de l'offre de transport adapté et/ou à la demande.



Porteur

Le service action sociale de la Communauté de Communes du Pays de Mormal.

Objectifs

Caractériser les besoins en offre de transport adapté et/ou à la demande et étudier comment y répondre de manière efficace et efficiente.

Réalisation

Inventaire des solutions existantes

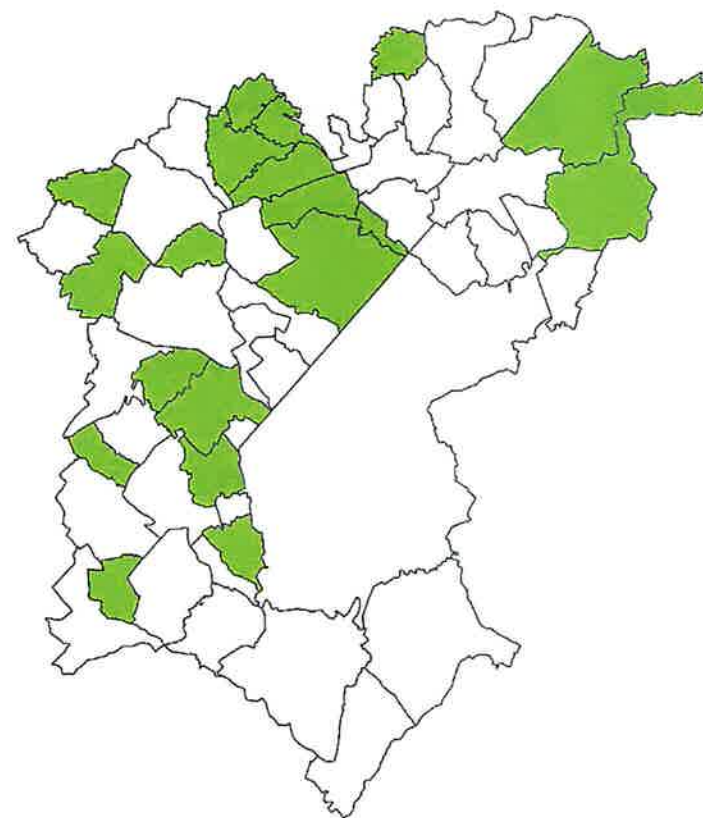


Le 7 mars, un groupe de travail transport adapté a réuni les principaux prestataires de services à domicile et de transport à la demande. Il a permis de prendre conscience de l'éventail de l'offre proposée. Cela a également permis de mettre en évidence la communication insuffisante de ces solutions et un possible frein financier de la part des usagers. Il y a été décidé de réaliser une étude sur les besoins. Cette réunion avait été préparée avec l'aide de M. Brygo, directeur de la Résidence Harmonie au Quesnoy.

Inventaire des besoins



En juin, un questionnaire évaluant le besoin en transport adapté a été envoyé aux 53 communes de l'intercommunalité. Les aînés de plus de 75 ans ou plus jeune mais ayant un problème de transport de dix-neuf communes (en vert dans la carte ci-contre) y ont répondu.



Plus de 150 réponses ont ainsi été analysées.

- 20% des personnes ont un besoin immédiat d'une solution de transport ; 5% l'identifient à plus ou moins long terme.
- 50% ont encore un véhicule mais la moitié d'entre elles ne le conduisent plus.
- motifs de déplacement :
 - o consulter un médecin dans 2/3 des cas ;
 - o faire des courses dans 1/2 des cas,
 - o aller au cimetière dans 1/3 des cas.
- 2/3 de ces répondants sont prêts à payer une contribution. La moyenne pour une course aller-retour est de 19 €.

Premières réflexions sur une plate-forme numérique de mobilité

Le 20 octobre 2017, le comité de pilotage de Pénates & Cité, un réseau partenarial impulsé par AG2R La Mondiale, a décidé de soutenir cette démarche en étudiant la mise en place une plateforme numérique de mobilité. Elle recensera l'ensemble des solutions existantes et permettra aux usagers de réserver en ligne un transport.

- 6 prestataires de transport présents au groupe de travail.
- Plus de 150 réponses analysées.

Partenaires mobilisés



AG2R LA MONDIALE

PÉNATES & CITÉ



Résidence
Harmonie

Les Sinoplies

Action M 3.1. - Amélioration de la sécurité routière.



Porteur

Le service action sociale de la Communauté de Communes du Pays de Mormal.

Objectifs

Réduire les dépassements de vitesse dans les communes en augmentant les contrôles.

Sensibiliser les aînés à leur vulnérabilité sur la route.

Inciter les conducteurs à être vigilants lorsqu'ils voient des piétons âgés.

Renforcer la sécurité aux abords des lieux fréquentés par les seniors (EHPAD...).

Réalisation

Mobilisation des forces de l'ordre



Une première réunion du groupe de travail sécurité a été organisée le 4 décembre 2017, en présence notamment du commandant de gendarmerie de Landrecies, également représentant de ses collègues des brigades de Bavay et du Quesnoy, et des responsables des polices municipales de Bavay, Bousies, Englefontaine, Le Quesnoy, Poix-du-Nord, de deux responsables de la Prévention routière. Cette réunion a mis en évidence les besoins d'une coordination à l'échelle intercommunale des acteurs de la sécurité et de la prévention de la délinquance et d'une mutualisation des moyens matériels, voire humains. Elle a également permis de pointer l'importance de travailler sur la prévention : ateliers de l'association la Prévention routière, liens intergénérationnels (pièce de théâtre, jeux de rôles inversés...), forum...

Atelier de sécurité routière

Un atelier de sécurité routière « Seniors au volant » a été organisé à Saint-Waast en partenariat avec Défi autonomie seniors. Il comprenait six séances de deux heures visant à conduire en toute sécurité, confirmer ses connaissances ou s'approprier les nouvelles règles de sécurité routière.

- 1 atelier de sécurité routière
- 12 participants.


Partenaires mobilisés




Engagement Vie sociale

Offrir aux aînés la possibilité d'une vie sociale épanouie

Objectif VS 1. Rompre l'isolement non choisi.


Action VS 1.1. - Promotion du lien social par des visiteurs bénévoles formés et encadrés. 

Action VS 1.2. - Étude des besoins des personnes handicapées vieillissantes. 

Objectif VS 2. Développer une offre culturelle adaptée.

Action VS 2.1. - Portage de livres à domicile. 

Action VS 2.2. - Promotion de l'offre en livres sonores et en livres à gros caractères. 

Action VS 2.3. - Programmation d'une offre culturelle spécifique. 

Objectif VS 3. Encourager le bénévolat et la participation citoyenne.


Action VS 3.1. - Forum des associations. 

Action VS 3.2. - Annuaire des associations. 

Action VS 3.3. - Accompagnement de l'engagement bénévole. 

Action VS 3.4. - Initiation aux gestes de premier secours. 

Objectif VS 4. Permettre aux seniors d'utiliser les outils numériques

Action VS 4.1. - Accompagnement à l'utilisation des outils numériques. 

Action VS 1.1. - Promotion du lien social par des visiteurs bénévoles formés et encadrés.

Porteur

Le service action sociale de la Communauté de Communes du Pays de Mormal.

Objectifs

Mettre en place dans chaque commune un réseau de personnes, bénévoles ou en service civique, rendant visite aux personnes seules.

Constituer un groupe relais de communication.

Intégrer la Communauté de Communes du Pays de Mormal dans la dynamique nationale Mona Lisa.

Réalisation

Recensement des visiteurs bénévoles

Un formulaire a été distribué dans l'ensemble des mairies, lors de diverses réunions afin de recenser les personnes intéressées par la démarche « visiteur bénévole de personnes isolées ».

Recensement des initiatives de réseau sur d'autres territoires

Jean-José CIR, l' élu référent du groupe, a participé à une rencontre de présentation de différents projets autour des réseaux de bénévoles du Nord – Pas de Calais organisée par Génération et Cultures.

Rencontres de partenaires, de porteurs de réseau de bénévoles

Afin d'affiner le projet et les objectifs du groupe de travail, des rencontres ont eu lieu avec :

- des porteurs de réseau de bénévoles (Uniscités, les petits frères des pauvres, TA1AMI) ;
- le référent du comité départemental Monalisa

Présentation de la démarche de « visiteur bénévole de personnes isolées »

Deux réunions de présentation de la CADA et d'information autour de la démarche du groupe de travail isolement ont eu lieu les 13 octobre et 13 novembre 2017.

Les objectifs de ces rencontres étaient de :

- présenter la démarche CADA ;
- présenter les objectifs du groupe de travail sur l'isolement ;
- échanger avec les participants sur la mise en place d'un réseau de visiteurs bénévoles.

Ces réunions interactives ont permis de définir les motivations des participants dans une telle démarche de visite à domicile, d'aborder les souhaits d'investissements, les besoins en tant que bénévoles (activités souhaitées, charte, soutien, création d'un réseau, formations, etc.)

À l'issue des rencontres, les participants ont tous voulu intégrer la démarche de visite à domicile des personnes isolées et créer un réseau.



*Localisation des visiteurs bénévoles.
L'un d'eux habite Vendegies-sur-Écaillon, hors du Pays de Mormal.*



*Communes couvertes pour les visites.
Un visiteur est prêt à couvrir tout le Pays de Mormal.*



Les bénévoles présents lors de la première réunion le 24 novembre 2017.

Mise en place du réseau de visiteurs bénévoles

Les trois espaces de vie sociale (Centre social et culturel de Landrecies, Familles Rurales Avesnois Mormal à Bavay et La Rhônelle à Villereau) se sont positionnés pour coordonner l'animation du réseau de bénévoles. Le centre social et culturel est repéré comme le porteur du poste de coordinateur du réseau de bénévoles. Il a pour cela sollicité des financements auprès du Conseil régional, de la MSA et de la Communauté de communes du Pays de Mormal. Cette dernière lui a accordé 2 000 euros dans le cadre du budget accordé par la Conférence des financeurs.

Une première rencontre du réseau s'est déroulée le vendredi 24 novembre 2017. Le groupe de bénévoles a renouvelé son souhait de s'engager dans la démarche et d'être acteur dans la création du réseau. Le groupe propose de se réunir régulièrement afin de bâtir avec l'appui du coordinateur et des membres du groupe de travail les outils nécessaires au fonctionnement du réseau (charte, fiche de missions, carte de bénévoles, nom du réseau, etc.).

Création d'une grille de repérage des personnes en situation d'isolement (âgées ou handicapées)

Cette grille sera, dans un premier temps, diffusée auprès de partenaires ciblés (travailleurs sociaux de la CARSAT et de la MSA, du CLIC du Plateau de Mormal - Relais autonomie, des SSIAD) pour le repérage des personnes.

Partenaires mobilisés

- 40 fiches retournées de personnes intéressées par la démarche « visiteur bénévole de personnes isolées »
- 2 réunions de présentation avec 19 bénévoles potentiels présents
- 22 bénévoles s'engagent dans la démarche de visiteurs bénévoles de personnes en situation d'isolement



Action VS 1.2. - Étude des besoins des personnes handicapées vieillissantes.



Porteur

Le service action sociale de la Communauté de Communes du Pays de Mormal.

Objectifs

Faire face au vieillissement des personnes handicapées en répondant à leurs besoins.
Aider les aidants dans la prise en charge de leurs proches âgés.

Réalisation

Le 24 janvier, une première réunion du groupe de travail « personnes en situation de handicap vieillissantes » a permis de connaître des acteurs institutionnels du champ du handicap.

Lors d'une deuxième réunion le 1^{er} juin, les membres ont écouté un exposé d'Hélène DUCATILLON, chargée de mission à la Mutualité Sociale Agricole, sur les problèmes que rencontrent les personnes en situation de handicap vieillissantes lorsque, la retraite venue, elles doivent quitter leur Etablissement et Service d'Aide par le Travail (ESAT) et leur foyer.

Cela a permis lors des deux réunions suivantes, les 8 septembre et 19 octobre, de définir un plan d'action spécifique. La première action consiste à réaliser un diagnostic quantitatif des populations concernées, le deuxième vise à informer les aidants et les professionnels et la dernière à accompagner la création d'une Maison d'Accueil Rurale pour Personnes Adultes Handicapées Vieillissantes (MARPAHvie).

Enfin le 14 décembre, un plan de rencontres des acteurs du handicap a été défini. Elles permettront d'affiner le plan d'action.

Partenaire mobilisé



Action VS 2.1. - Portage de livres à domicile.



Porteurs

Les services culture et action sociale de la Communauté de Communes du Pays de Mormal.

Objectifs

Permettre aux personnes ne pouvant plus se déplacer, soit temporairement suite à une hospitalisation, soit définitivement, de bénéficier des services d'une bibliothèque.

Réalisation

Lors du groupe de travail du 23 janvier, la responsable de la bibliothèque du Quesnoy a présenté son expérience de portage de livres à domicile. Cela a permis aux deux bibliothécaires de Landrecies et Sepmeries déjà intéressées de concrétiser leur intention en offrant ce service également.

Pour les communes ne bénéficiant pas d'une bibliothèque, le service culturel de la Communauté de Communes du Pays de Mormal négocie une convention avec la médiathèque départementale du Nord pour qu'un fonds de livres soit mis à disposition des visiteurs bénévoles (voir action VS 1.1.).

- 3 bibliothèques assurent le portage de livres à domicile : Le Quesnoy, Landrecies et Sepmeries (+ 2 en 2017).

Partenaires mobilisés



Action VS 2.2. - Promotion de la bibliothèque sonore de Valenciennes.

Porteurs

Les services culture et action sociale de la Communauté de Communes du Pays de Mormal.

Objectif

Promouvoir l'offre en livres sonores.

Réalisation

La Bibliothèque sonore de Valenciennes s'adresse aux personnes porteuses d'un handicap les empêchant de tourner des pages ou de lire. Elles peuvent choisir dans un riche catalogue de 100.000 titres de livres (policiers, biographies, Histoire, essais, philosophie, politique, religions...) ou de revues et recevoir gratuitement à leur domicile l'enregistrement sur un CDrom. Une fois écouté, elles retournent en franchise postale le CDrom. Un lecteur pratique peut également leur être prêté.



La pochette permettant de renvoyer le CDrom en franchise postale.

Roger LENNE, président de cette association, a présenté son service aux membres du groupe de travail culture le lundi 23 janvier. Par la suite, les outils de communication ont été envoyés à toutes les communes du Pays de Mormal.

La Bibliothèque sonore de Valenciennes était également présente lors du forum handicap et ruralité organisé le 28 octobre à Gommegnies.

- 2 abonnés dans la CCPM à la bibliothèque sonore de Valenciennes.



Le lecteur Victor est particulièrement adapté à la lecture d'un livre sonore.

Partenaire mobilisé



Action VS 2.3. - Programmation d'une offre culturelle spécifique.



Porteur

Le service culture de la Communauté de Communes du Pays de Mormal.

Objectifs

Répondre aux besoins culturels des aînés ne pouvant sortir tard le soir et/ou ayant un budget limité.

Réalisation

Pour répondre à la demande exprimée par les seniors audités en juin 2016, lors du diagnostic préalable, la Communauté de Communes du Pays de Mormal propose des spectacles se terminant lorsqu'il fait encore jour et dans des salles accessibles. Depuis le mois d'octobre, ils sont marqués du logo CADA dans la newsletter diffusée par le service culture. Tous sont gratuits, sauf les soirées « Conteurs en campagne » dont le coût est de 3,50 € pour les plus de 12 ans.

Notons que des seniors assistent à d'autres manifestations plus tardives.

Des spectacles sont proposés dans la plupart des communes, ce qui permet de répondre au problème de mobilité.

La Communauté de Communes a également organisé des rencontres d'artistes dans deux maisons de retraite : la Résidence Harmonie au Quesnoy et la Résidence du Pays de Mormal à Landrecies.



Soirée lecture organisée à la chambre d'hôtes « L'Auberge du Bellevue » à Bavay.

- 71 spectacles accessibles à tous les aînés.



Partenaires mobilisés



Et tous les partenaires associés aux manifestations.

Action VS 3.4. - Initiation aux gestes de premiers secours.



Porteur

Le service action sociale de la Communauté de Communes du Pays de Mormal.

Objectif

Permettre aux retraités de se former aux gestes de premier secours.

Réalisation

La Communauté de Communes du Pays de Mormal a organisé quatre ateliers d'initiation aux gestes de premiers secours en deux séances de 2h30 chacune. Il s'est déroulé au Quesnoy, à la Résidence Harmonie, à Poix-du-Nord, à Maresches et à Landrecies. Ils ont été animés par Défi autonomie seniors.

- 4 ateliers de 2 séances.
- 35 participants.

Partenaire mobilisé



Engagement Vie sociale : Offrir aux aînés la possibilité d'une vie sociale épanouie.
Objectif VS 4. Permettre aux seniors d'utiliser les outils numériques.



Action VS 4.1. - Accompagnement à l'utilisation des outils numériques.



Porteur

Le service action sociale de la Communauté de Communes du Pays de Mormal.

Objectif

Permettre aux aînés de tout âge de s'initier à l'informatique, à internet.
Leur permettre d'utiliser de manière optimale leur tablette ou leur ordinateur.
Leur donner des informations pour qu'ils évitent les dangers informatiques.

Réalisation

Grâce à la subvention qu'elle a obtenue auprès de la conférence des financeurs (voir page 5), la Communauté de Communes du Pays de Mormal a confié l'organisation de cinq ateliers à des partenaires du territoire : Familles rurales Avesnois Mormal à Bavay, l'association La Rhônelle à Villereau, la Résidence Harmonie au Quesnoy, le CCAS de Poix-du-Nord et la Commune de Taisnières-sur-Hon. Ils se dérouleront en 2018.

Partenaires mobilisés



Résidence
Harmonie




Engagement Santé


-


Préserver la santé des aînés

Objectif S 1. Proposer des bilans de prévention de la santé.


Action S 1.1. - Bilans de prévention de la santé. 


Objectif S 2. Organiser des ateliers de prévention de la santé.

Action S 2.1. - Prévention du risque de dénutrition. 

Action S 2.2. - Ateliers d'activité physique adaptée. 

Action S 2.3. - Ateliers mémoire. 

Action S 2.4. - Ateliers sommeil. 

Action S 2.5. - Ateliers de prévention du risque de chute. 

Action S 1.1. - Bilans de prévention de la santé.



Porteur

Le Centre de Prévention Bien Vieillir AGIRC-ARRCO Hauts de France (ex Prévenlys).

Objectifs

Proposer des bilans individuels médico-psycho-sociaux aux bénéficiaires des caisses de retraite complémentaires adhérentes à l'AGIRC-ARRCO.

Réalisation

Contexte des bilans

La Carsat Nord-Picardie, en partenariat avec la Communauté de Communes du Pays de Mormal, le centre de prévention AGIRC-ARRCO Hauts de France et Défi Autonomie Seniors, a mis en place un programme de prévention santé pour, in fine, inciter les seniors à réaliser un bilan de santé. Il est organisé autour d'une conférence sur une thématique donnée suivi d'ateliers.

Présentation des bilans de prévention santé

Ce bilan est organisé en trois temps :

- Les bénéficiaires complètent un questionnaire relatif aux habitudes de vie. Il permet de mieux appréhender les comportements de santé et les préoccupations personnelles.
- La consultation médicale a pour objectifs d'identifier les antécédents, les pathologies et les traitements en cours et de repérer les situations à risque (cardio-vasculaires, nutrition, risque de chute, troubles du sommeil, audition...).
- L'entretien psychologique permet d'évaluer l'humeur, les angoisses et d'éventuels troubles de la mémoire, en évoquant des sujets tels que la cessation d'activité, le deuil, la situation sociale, familiale, financière, etc.

Ce bilan ne comprend pas d'examen biologique. Il dure entre 2h30 et 3h00 en moyenne.

Organisation des bilans de prévention santé

Engagement Santé : Préserver la santé des aînés.
Objectif S 1. Proposer des bilans de prévention de la santé.



Pour éviter aux volontaires de devoir se déplacer à Valenciennes, la Communauté de Communes du Pays de Mormal a identifié trois sites sur le territoire pour les accueillir à Bavay dans un bâtiment communal, à l'UTPAS au Quesnoy et au SSIAD de Landrecies. Après avoir fréquenté les conférences et les ateliers aucune personne n'a souhaité s'inscrire sur un bilan de santé.

Partenaires mobilisés



Action S 2.1. - Prévention du risque de dénutrition.



Porteur

Le service action sociale de la Communauté de Communes du Pays de Mormal.

Objectif

Prévenir le risque de dénutrition.

Réalisation

Conférence « La Santé dans nos assiettes »

Le 14 novembre matin, dans la salle des fêtes de Jenlain, le centre de prévention AGIRC-ARRCO Hauts de France a tenu une conférence « La Santé dans nos assiettes » ayant réuni 60 participants. Elle était financée par la CARSAT Nord-Picardie.

Ateliers « Nutrition santé »

Grâce à Défi autonomie seniors, la Communauté de Communes du Pays de Mormal a proposé l'atelier « nutrition santé » à la Résidence Harmonie au Quesnoy.

Il a permis en 9 séances de 2 heures d'aborder les points suivants : 1. Pourquoi manger ? – 2. Les 5 sens de l'alimentation – 3. Les familles d'aliments et les besoins nutritionnels – 4. Le rythme des repas et la diversité alimentaire – 5. Savoir choisir pour bien manger – 6. Mieux connaître les lieux de vente pour mieux consommer – 7. Que se cache-t-il dans mon assiette ? – 8. Alimentation et prévention santé – 9. Alimentation et convivialité.

- 1 conférence – 60 personnes présentes.
- 1 ateliers de 18 heures chacun – 9 participants.

Danger de la dénutrition

La dénutrition est le résultat d'une alimentation en protéines et/ou en énergie insuffisante pour couvrir les besoins. Cela se traduit par une perte de muscles, donc un risque accru de chutes, de fractures mais également de maladies (les muscles jouent un rôle important dans l'immunité).

Il y a dénutrition lorsque :

- La perte de poids en 6 mois est supérieure à 10 % ;
- La perte de poids en 1 mois est supérieure à 5% ;
- L'indice de masse corporelle est inférieur à 20 ;
- L'albuminémie est inférieure à 30 g/l.

Partenaires mobilisés



Action S 2.2. - Activité physique adaptée.



Porteur

Le service action sociale de la Communauté de Communes du Pays de Mormal.

Objectif

Développer l'activité physique adaptée, y compris à domicile.

Réalisation

Ateliers avec Défi autonomie seniors

La Communauté de Communes du Pays de Mormal et Défi autonomie seniors ont proposé 19 ateliers d'activité physique adaptée de 12 séances d'une heure dans les communes d'Audignies, Bellignies, Bousies, Fontaine-au-bois, Landrecies, Le Quesnoy, Maresches, Poix-du-Nord, Ruesnes, Villereau et Wargnies-le-Petit.

Ateliers à domicile financés par la Conférence des financeurs

Grâce aux financements obtenus de la conférence des financeurs (voir page 5), la Communauté de Communes a lancé un appel d'offre pour trouver un prestataire afin de mener des ateliers d'activité physique adaptée à domicile. L'association Domisiel a été retenue.

Le public ciblé est constitué de groupes aidants/aidés ou de personnes seules mais dans le but de les inciter à rejoindre des ateliers collectifs.

Une cinquantaine de personnes en seront bénéficiaires en 2018.

Intérêts de l'activité physique adaptée

L'activité physique adaptée est la réalisation de mouvements selon ses conditions physiques. Comme elle n'est pas liée à une performance, ce n'est pas du sport.

La pratique d'une heure d'Activité Physique Adaptée par semaine permet, entre autres, de diminuer le taux de chutes de 35 % et d'améliorer les capacités de déplacement de 87 % ou celles à se lever de 37 %.

L'activité physique adaptée permet donc de conserver son autonomie physique, mais également de favoriser le maintien des liens sociaux, et d'améliorer la confiance en soi et son image de soi.

Ateliers collectifs financés par la Conférence des financeurs

Grâce à l'accord de la conférence des financeurs, la Communauté de Communes du Pays de Mormal a également confié l'organisation de quinze ateliers à des partenaires du territoire ayant candidaté auprès d'elle : Familles rurales Avesnois Mormal à Bavay, l'association La Rhônelle à Villereau, le Centre social et culturel à Landrecies, la Résidence Harmonie au Quesnoy, le CCAS de Poix-du-Nord, l'association de gymnastique adaptée à Taisnières-sur-Hon et le club des amis des aînés de Hon-Hergies. Ils se dérouleront en 2018.

- 19 ateliers de 12 séances d'une heure chacun.
- 235 participants aux ateliers collectifs.

Partenaires mobilisés



Résidence Harmonie



Action S 2.3. - Ateliers mémoire.



Porteur

Le service action sociale de la Communauté de Communes du Pays de Mormal.

Objectif

Proposer aux aînés des activités de stimulation cognitive, un entraînement à la mémorisation et un apprentissage des fonctions altérées.

Réalisation

Conférence

Le 19 octobre matin, à Fontaine-au-Bois, le centre de prévention AGIRC-ARRCO Hauts de France a tenu une conférence « La mémoire et les fonctions cognitives » ayant réuni 20 participants. Elle était financée par la CARSAT Nord-Picardie. 12 participants se sont ensuite inscrits à un atelier Peps Eurêka.

Ateliers défi autonomie seniors.

Avec l'aide de Défi autonomie seniors, des ateliers Peps Eurêka ou Gymnastique cérébrale ont été proposés. Les premiers permettaient en 11 séances de 2h30 de comprendre et entretenir sa mémoire ; les seconds donnaient des conseils en 5 séances de 2h pour entretenir sa mémoire avec des actions au quotidien. Ils se sont déroulés à Poix-du-Nord, Sepmeries, Landrecies, Fontaine-au-Bois, Bellignies, Audignies, Taisnières-sur-Hon et au Quesnoy.

Ateliers financés par la Conférence des financeurs

Grâce aux financements obtenus auprès de la Conférence des financeurs, l'intercommunalité a confié l'organisation de trois ateliers à des partenaires du territoire : Familles rurales Avesnois Mormal à Bavay, le Centre social et culturel à Landrecies et le CCAS de Poix-du-Nord. Ils se dérouleront en 2018.

Partenaires mobilisés

- 1 conférence avec 15 participants.
- 4 ateliers « Gym cérébrale » ayant réuni 44 participants.
- 5 ateliers « Peps Eurêka » pour 66 participants.



Action S 2.4. - Ateliers sommeil.



Porteur

Le service action sociale de la Communauté de Communes du Pays de Mormal.

Objectif

Proposer aux aînés des activités sur le sommeil.

Réalisation

La Communauté de Communes a proposé deux ateliers « Sommeil » au Quesnoy et à Poix-du-Nord, avec l'aide de Défi autonomie seniors. En deux séances de deux heures, ils ont permis de comprendre le sommeil et de mieux le gérer.

- 5 séances.
- 14 participants.

Partenaire mobilisé



Intérêts des ateliers sommeil

Avec l'âge, le sommeil perd en qualité : endormissement plus lent, réveil après chaque cycle...

Souvent, une modification du rythme de vie, la pratique d'une activité physique adaptée peuvent améliorer les nuits.

Certaines pathologies du sommeil sont cependant sérieuses et méritent de consulter son généraliste : insomnies, apnée du sommeil, syndrome des jambes sans repos...

Les ateliers proposés par la CCPM permettent de faire la part des choses.

Action S 2.5. - Ateliers de prévention du risque de chute.



Porteur

Le CLIC du Plateau de Mormal – Relais autonomie.

Objectifs

Organiser des ateliers de prévention du risque de chute.

Le cas échéant, diriger les personnes vers les prises en charge adaptées : CH Le Quesnoy, CLIC du plateau de Mormal, ESPREAD, parachute et prev'chute.

Réalisation

Le C.L.I.C. du Plateau de Mormal - Relais Autonomie a mis en place un atelier de prévention des chutes composé de 4 séances.

La première permettait d'identifier les facteurs de risque de chute liés au vieillissement de l'organisme ; la deuxième portait sur l'aménagement du domicile ; la 3^e sensibilisait les participants sur la place de l'alimentation dans le bien-être physique, moral et social.

Enfin, la dernière permettait d'apprendre de manière ludique et conviviale à se relever après une chute et à éviter les mauvaises postures.

A l'issue de chaque séance, un professeur d'activités physiques adaptées proposait quelques exercices de remise en forme, de travail d'équilibre, d'endurance et d'assouplissement ;

- 2 sessions de 4 séances.
- 24 participants.

Partenaires mobilisés



Centre hospitalier
Le Quesnoy



Engagement Information

-

Améliorer l'information des aînés

Objectif I 1. Renseigner les aînés sur les démarches et contacts utiles.

- Action I 1.1. - Guide des seniors.
- Action I 1.2. - Club des consommateurs.
- Action I 1.3. - Promotion du CLIC.
- Action I 1.4. - Rubrique « aînés » sur le site internet de la CCPM.
- Action I 1.5. - Lettre d'informations « Seniors en Pays de Mormal ».
- Action I 1.6. - Réunions d'informations.

Objectif I 2. Informer les aidants naturels.

- Action I 2.1. - Information des aidants de personnes dépendantes.
- Action I 2.2. - Cafés mémoire France Alzheimer®.

Action I 1.4. - Rubrique « aînés » sur le site internet de la CCPM.



Porteur

Le service action sociale de la Communauté de Communes du Pays de Mormal.

Objectif

Créer une plate-forme internet d'information pour les aînés.

Réalisation

Ce printemps, la Communauté de Communes du Pays de Mormal a changé son site internet. Il contient désormais une rubrique « Bien vieillir ».

La page d'accueil présente la démarche « Communauté amie des aînés » et la charte des solidarités envers les aînés.

Des rubriques permettent de consulter les activités en cours, des informations pratiques, de télécharger des documents (lettres d'information, ouvrages...), de correspondre avec la collectivité par messages, etc.



- 270 connexions aux pages « aînés ».

Engagement Information : Améliorer l'information des aînés.
Objectif I 1. Renseigner les aînés sur les démarches et contacts utiles.



Action I 1.5. - Lettre d'informations « Seniors en Pays de Mormal ».



Porteur

Le service action sociale de la Communauté de Communes du Pays de Mormal.

Objectifs

Dispenser des informations thématiques aux aînés du territoire.
Les informer régulièrement de l'actualité.

Réalisation

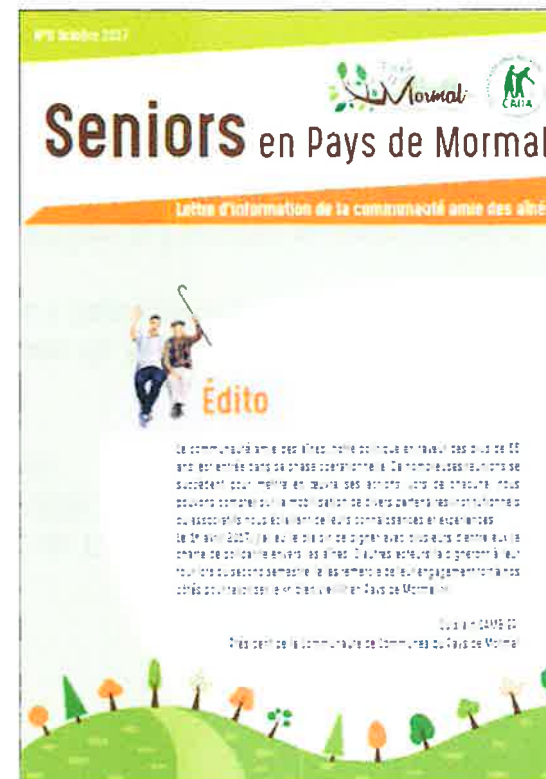
La Communauté de Communes du Pays de Mormal a édité deux premiers numéros de la lettre d'informations à destination des seniors.

Le numéro 0 sorti en octobre était consacré à la charte des solidarités envers les aînés et à la réunion du 1^{er} avril.

Le numéro 1, préparé en 2017, sortira début janvier 2018. Il était quant à lui dédié à la mobilisation des seniors, lors de la phase audit et au sein de l'assemblée des seniors.

Les deux prochains numéros seront consacrés à l'adaptation des logements et aux ateliers d'activité physique adaptée.

Cette lettre « Seniors en Pays de Mormal » est mise en page et imprimée par la Mutualité Sociale Agricole.



- 2 numéros.
- 2000 exemplaires de chaque.

Partenaire mobilisé



Action I 1.6. - Réunions d'informations.



Porteurs

Les partenaires listés ci-dessous.

Objectif

Informier régulièrement les aînés du territoire sur divers sujets.

Réalisation

Réunion d'information « Les clés du bien vieillir ».

En plus des deux réunions d'informations sur les thèmes de la mémoire (voir action S 2.3) et de l'alimentation (action S. 2.1.), la CARSAT a financé une autre conférence assurée par le centre de prévention santé AGIRC-ARRCO) intitulée « Les clés du bien vieillir ». Le 12 décembre, à la salle des fêtes de Saint-Waast-la-Vallée, elle a réuni 40 participants.

Conférences « La retraite, ça se prépare » et « bien vivre sa retraite ».

A l'initiative de la MSA Nord-Pas-de-Calais, de la CARSAT Nord-Picardie, du CLIC du Plateau de Mormal et de la CCPM, trois réunions « bien vivre sa retraite » se sont déroulées le 24 mars à La Longueville, le 12 septembre à Sepmeries et le 3 octobre à Preux-au-Sart. Elles ont permis à 100 jeunes retraités d'envisager comment BIEN VIEILLIR.

Les mêmes partenaires, aux côtés du Pôle Autonomie du Département et de la CPAM, se sont mobilisés le 5 octobre au centre social et culturel à Landrecies pour informer les futurs retraités sur les démarches à entreprendre. La réunion « La retraite, ça se prépare » a ainsi rassemblé 51 participants.

- 4 réunions d'informations.
- 151 participants.

Partenaires mobilisés



Action I 2.1. - Information des aidants de personnes dépendantes.



Porteur

Le CLIC du Plateau de Mormal – Relais autonomie.

Objectif

Renseigner les proches sur le parcours santé des personnes dépendantes, sur les aides possibles à domicile.

Réalisation

La Communauté de Communes du Pays de Mormal, le CLIC du Plateau de Mormal – Relais Autonomie et la Mutualité Sociale Agricole ont proposé deux représentations de la pièce de théâtre « La santé des aidants, parlons-en ? » interprétée par la Compagnie « La belle histoire ». La première s'est déroulée le vendredi 6 octobre à 14 h 30 au Théâtre des 3 Chênes au Quesnoy, la seconde le samedi 21 octobre à 14 h 00 à la Salle des Fêtes, rue Pierre Mathieu à Bavay.

Ces deux représentations étaient suivies d'un temps d'échange au cours duquel des professionnels répondaient aux questions du public, puis d'un moment de convivialité.

- 2 représentations ayant totalisé 115 participants.

Partenaires mobilisés



Action I 2.2. - Cafés mémoire France Alzheimer®.



Porteurs

CLIC du Plateau de Mormal – Relais Autonomie et France Alzheimer.

Objectifs

Offrir un espace convivial d'information et de partage aux familles, amis et personnes touchées par la maladie d'Alzheimer.

Rompre l'isolement en permettant l'échange dans un lieu où la maladie est acceptée par tous.

Changer le regard de la société sur ces maladies afin que familles et personnes malades se sentent bienvenues dans tous les lieux publics.

Réalisation

Depuis le 8 septembre 2017, le CLIC du Plateau de Mormal – Relais Autonomie et France Alzheimer proposent un café mémoire aux aidants d'une personne atteinte d'une maladie de la mémoire. Des professionnels médico-sociaux les accueillent le 2ème vendredi de chaque mois de 14h30 à 16h30 à la Résidence du Pays de Mormal à Landrecies.

- 11 participants aux quatre réunions.

Partenaires mobilisés





Engagement Acteurs

-

Favoriser les politiques « aînés » des autres acteurs du territoire

Objectif A 1. Sensibiliser les acteurs.

Action A 1.1. - Recueil d'idées pour les communes.

Action A 1.2. - Réunions thématiques d'informations.

Action A 1.3. - Guide conseil pour la communication vers les personnes âgées.

Objectif A 2. Accompagner les actions.

Action A 2.1. - Table des financeurs.

Action A 2.2. - Soutien à l'ouverture des EHPAD sur l'extérieur.

Action A 2.3. - Soutien à la création de villes amies des aînés.

Action A 1.2. - Réunions thématiques d'informations.



Porteur

Le service action sociale de la Communauté de Communes du Pays de Mormal.

Objectif

Informers les acteurs du territoire sur les moyens de prendre en compte les besoins des aînés.

Réalisation

La Communauté de Communes du Pays de Mormal a organisé quatre réunions d'informations pour les élus, membres de CCAS et secrétaires de mairie afin de leur présenter le guide sur l'adaptation de l'habitat et obtenir des informations leur permettant de convaincre les aînés de leur territoire. Voir l'action H 1.1. pour plus de précisions.

Engagement Acteurs : Favoriser les politiques « aînés » des autres acteurs du territoire.
Objectif A 1. Sensibiliser les acteurs.



Action A 1.3. - Guide conseil pour la communication vers les personnes âgées.



Porteur

Le service action sociale de la Communauté de Communes du Pays de Mormal.

Objectif

Donner des conseils de communication écrite aux personnes diffusant des documents aux aînés.

Réalisation

Lors des audits des aînés, certains ont témoigné de difficultés à lire des documents. La Communauté de Communes du Pays de Mormal a donc souhaité donner des conseils aux personnes produisant des outils de communication à destination des aînés.

S'appuyant sur des documents de référence, la Communauté de Communes du Pays de Mormal a commencé la rédaction d'un guide. Il sera édité en 2018 et sera téléchargeable sur le site internet de la CCPM.

Action A 2.2. - Soutien à l'ouverture des EHPAD sur l'extérieur.



Porteur

Le service action sociale de la Communauté de Communes du Pays de Mormal.

Objectif

Accompagner l'ouverture des établissements d'hébergement pour personnes âgées dépendantes (EHPAD) aux personnes âgées « extérieures » pour des services ou des animations.

Réalisation

À titre expérimental, la Résidence Harmonie, un EHPAD basé au Quesnoy, a proposé, en partenariat avec la Communauté de Communes du Pays de Mormal, diverses activités aux familles de résidents ou aux non-résidents.

Il s'agissait d'initiation aux gestes de premiers secours (action VS 3.4), des ateliers nutrition (action S. 2.1), de l'activité physique adaptée (action S. 2.2), des séances de travail sur la mémoire (action S. 2.3) ou le sommeil (action S. 2.4).

Dans le cadre de la conférence des financeurs, des financements ont été accordés par la communauté de communes pour réaliser des ateliers numérique et d'activité physique adaptée en 2018 à destination de seniors extérieurs à l'EHPAD.

- 7 ateliers pour 101 personnes

Partenaire mobilisé

