

# Évaluer l'impact des actions de prévention Rapport de synthèse

PUBLICATION 2021



Ensemble, les caisses de retraite s'engagent



## → Préambule

Dans le contexte du vieillissement de la population, mettre en œuvre une politique de prévention en faveur du bien-vieillir représente un enjeu majeur pour les caisses de retraite.

Ce rapport synthétise différents résultats des évaluations réalisées par Atouts Prévention Rhône-Alpes ces dernières années. En conduisant des écoutes clients régulièrement, le groupement interrégime souhaite évaluer sa politique de prévention sur trois domaines majeurs : la satisfaction, l'impact des programmes et le recueil des suggestions et souhaits des retraités. Les résultats prometteurs, tant sur la satisfaction immédiate en fin de programme que sur l'appropriation constatée des conseils en prévention confortent la nécessité de promouvoir ces dispositifs au plus près des seniors sur les territoires, en coopération avec les partenaires engagés sur le bien-vieillir.

Nous vous souhaitons une bonne lecture de ce rapport,

Pour Atouts Prévention Rhône-Alpes,

*Le délégué général, Yves Corvaisier*



# Sommaire →



1	→ L'ENGAGEMENT DES CAISSES DE RETRAITE SUR LE BIEN-VIEILLIR	6
2	→ LA STRATÉGIE D'ÉVALUATION DES ACTIONS DE PRÉVENTION	7
3	→ UNE APPROCHE QUALITATIVE AVEC LA CONDUITE D'ÉTUDES THÉMATIQUES	8
	3.1. ATELIERS ÉQUILIBRE	8
	3.1.1. Présentation de l'offre	
	3.1.2. Objectif et mise en œuvre de l'étude	
	3.1.3. Principaux résultats	
	3.1.4. Démarche d'amélioration mise en place	
	3.2. ATELIERS HABITAT « BIEN CHEZ SOI »	10
	3.2.1. Présentation de l'offre	
	3.2.2. Objectif et mise en œuvre de l'étude	
	3.2.3. Principaux résultats	
	3.2.4. Démarche d'amélioration mise en place	
	3.3. ATELIERS D'INITIATION AU NUMÉRIQUE	12
	3.3.1. Présentation de l'offre	
	3.3.2. Objectif et mise en œuvre de l'évaluation	
	3.3.3. Principaux résultats	
	3.3.4. Démarche d'amélioration mise en place	
	3.4. AIDE AU RETOUR A DOMICILE APRÈS HOSPITALISATION (ARDH)	14
	3.4.1. Présentation de l'offre	
	3.4.2. Objectif et mise en œuvre de l'étude	
	3.4.3. Principaux résultats	
	3.4.4. Démarche d'amélioration mise en place	
	3.5. ENTRETIEN CONSEIL EN PRÉVENTION	16
	3.5.1. Présentation de l'offre	
	3.5.2. Objectif et mise en œuvre de l'étude	
	3.5.3. Principaux résultats	
	3.5.4. Démarche d'amélioration mise en place	
4	→ UNE APPROCHE QUANTITATIVE : LES PRINCIPAUX RÉSULTATS DES ÉVALUATIONS ISSUES DE L'OUTIL WEB-REPORT	18
	4.1. PERIMÈTRE DES RÉSULTATS	20
	4.2. PROFIL DES PARTICIPANTS	20
	4.3. HABITUDES DE VIE	20
	4.4. CHIFFRES CLÉS PAR THÉMATIQUE	21
5	→ UNE COOPÉRATION AVEC L'UNIVERSITÉ DE SAINT-ÉTIENNE	22

# EVALUATION

1

## L'ENGAGEMENT DES CAISSES DE RETRAITE SUR LE BIEN-VIEILLIR

### CHIFFRES CLÉS

Chaque année, ce sont environ **1000** actions collectives qui sont réalisées auprès de **20 000** retraités.

→ Le groupement interrégime Atouts Prévention Rhône-Alpes (groupement de coopération social et médico-social) a été créé le 9 juillet 2013, appuyé par une forte volonté des présidents des conseils d'administration des organismes, associant la Carsat, les trois caisses MSA rhônalpines avec les MSA Ardèche Drôme Loire, Ain-Rhône et Alpes du Nord, le Régime des Mines ANGDM et Filieris.

A nos côtés, les caisses de retraite CNRACL et IRCANTEC représentent des partenaires actifs pour déployer notre politique de prévention.

L'enjeu est de renforcer les actions sur les territoires par une coopération efficace et de mener une politique active dans les domaines de l'évaluation des besoins à domicile et de la prévention à destination des personnes âgées, en complémentarité avec les acteurs régionaux et départementaux.

#### La stratégie interrégime vise :

- Une équité de traitement de tous les publics, quel que soit le régime de retraite d'appartenance ;
- Une équité géographique, avec une couverture optimale du territoire ;
- Une lisibilité de l'offre commune d'action sociale des caisses de retraite vis-à-vis de leurs ressortissants, des partenaires et des pouvoirs publics.

2

## LA STRATÉGIE D'ÉVALUATION DES ACTIONS DE PRÉVENTION



Dans un objectif d'amélioration continue, le groupement interrégime mesure les effets de ses actions à destination des retraités rhônalpins et prend en compte les résultats pour répondre au mieux aux besoins.

#### Une double démarche d'amélioration continue

- Des études menées chaque année sur des thématiques déterminées par le comité stratégique d'Atouts Prévention Rhône-Alpes ;
- Un outil de reporting d'évaluation en continue pour les ateliers Mémoire, Equilibre, Habitat et Nutrition : le Web Report.

Il permet d'agréger les résultats des questionnaires d'évaluation complétés par les participants : en première séance et en dernière séance et 3 à 6 mois après la fin de l'atelier (évaluation de l'impact à moyen terme).

L'objectif de ces évaluations en 3 temps est de mieux connaître nos bénéficiaires et d'apprécier l'évolution de leurs comportements individuels en termes d'appropriation des conseils en prévention.

Le présent rapport est structuré en deux sous-chapitres :

- Les résultats d'évaluations thématiques les plus significatives ;
- Les résultats de l'évaluation continue réalisée sur la base du Web Report.

#### Chaque étude est présentée en 4 volets

↓  
Présentation de l'offre

↓  
Objectif et mise en œuvre de l'étude

↓  
Principaux résultats

↓  
Démarche d'amélioration mise en place



## UNE APPROCHE QUALITATIVE AVEC LA CONDUITE D'ÉTUDES THÉMATIQUES



### 3.1. ATELIERS ÉQUILIBRE

« Prévenir les chutes en bougeant c'est possible ! »



#### 3.1.1. Présentation de l'offre

L'objectif de l'offre proposée par Atouts Prévention Rhône-Alpes est de permettre aux retraités de :

- Prévenir la perte d'équilibre,
- Développer des automatismes pour éviter la chute et renforcer ses compétences,
- Être en mesure d'adapter son environnement,
- Être sensibilisé aux événements de la vie qui peuvent fragiliser.

#### Déroulement :

12 SÉANCES HEBDOMADAIRES D'1H30 PAR GROUPE DE 15 PERSONNES MAXIMUM

#### Nombre d'actions réalisées chaque année :

ENTRE 50 ET 60 ATELIERS PAR AN



#### 3.1.2. Objectif et mise en œuvre de l'étude

##### Objectif :

Mesurer la satisfaction des retraités et l'impact de leur participation sur leur mobilité, leur déplacement, leur risque de chute.

##### Mise en œuvre de l'étude<sup>1</sup> :

- Envoi par courrier d'un questionnaire « à froid » 4 mois après la fin de la dernière séance
- 508 questionnaires envoyés avec un taux de réponse de 203 répondants.

1- Étude conduite entre juin et septembre 2015



#### 3.1.3. Principaux résultats

##### PROFIL DES RÉPONDANTS

- 69% des participants sont âgés de 66 à 75 ans.
- 59% sont retraités du régime général, 18% du régime agricole et 10% du SSI.
- 78% sont titulaires d'une retraite complémentaire.
- 66% vivent en couple et près de 29% vivent seul.

##### 1<sup>ER</sup> CONSTAT

les effets de la participation : une plus grande attention portée à la vie quotidienne

- 77% indiquent faire davantage attention à leur alimentation.
- 69% indiquent faire davantage attention aux soins prodigués à leurs pieds.
- 44% indiquent faire davantage attention à l'aménagement de leur logement.

##### 2<sup>E</sup> CONSTAT

une marche quotidienne

- 74% pratiquent la marche 2 à 3 fois/semaine après l'atelier au lieu d'une fois/semaine en moyenne avant.

##### 3<sup>E</sup> CONSTAT

les effets de la participation : une plus grande attention portée à la vie quotidienne

- 88% déclarent ne pas avoir chuté au cours des 4 derniers mois.
- 9% déclarent avoir chuté entraînant un traumatisme ou des contusions.

##### UN IMPACT RÉEL SUR L'ÉQUILIBRE ET LE LIEN SOCIAL

- 82% déclarent que cet atelier leur a permis d'améliorer leur équilibre.
- 65% déclarent que cet atelier leur a permis de créer des liens.
- 43% ont été encouragés à fréquenter un club ou une association.



#### 3.1.4. Démarche d'amélioration mise en place

Compte-tenu de l'impact positif démontré, Atouts Prévention Rhône-Alpes a décidé de conforter son engagement en maintenant cette offre sur l'ensemble du territoire rhônalpin et en accroissant le nombre d'ateliers proposés.



### 3.2. ATELIERS HABITAT « BIEN CHEZ SOI »

« Privilégier  
la vie à domicile,  
un « chez soi »  
adapté »



#### 3.2.1. Présentation de l'offre

L'objectif de l'offre proposée par Atouts Prévention Rhône-Alpes est de permettre aux retraités de :

- Préserver l'autonomie à domicile,
- Repenser leur lieu de vie comme un environnement adapté, confortable, fonctionnel et sécurisant,
- Permettre aux personnes retraitées de préserver leur qualité de vie et maintenir leur lien social.

#### Déroulement :

3 SÉANCES DE 3 HEURES EN GROUPE DE 15 PERSONNES MAXIMUM

Nombre d'actions réalisées chaque année : ENVIRON 20 ATELIERS



#### 3.2.2. Objectif et mise en œuvre de l'étude

##### Objectif :

Mieux connaître le profil des participants à cette nouvelle offre, leurs motivations et leurs attentes, et mesurer la satisfaction et l'impact de l'atelier.

##### Mise en œuvre de l'étude<sup>1</sup> :

- Comment : à partir de questionnaires d'auto-évaluation complétés par les retraités lors de 10 ateliers qui ont eu lieu dans la Loire (2), la Drôme (4), l'Isère (2), la Savoie (1) et le Rhône (1).
- Quel mode : recueil des attentes des retraités à l'égard de l'atelier en 1<sup>ère</sup> séance et en dernière séance et 3 à 6 mois après la fin de l'atelier.

En première séance  
(Temps 0) // 2017

Taux de  
réponse  
**80%**



En dernière séance  
(Temps 1) // 2017

Taux de  
réponse  
**66%**



3 à 6 mois après la fin de  
l'atelier (Temps 2) // 2018

Taux de  
réponse  
**50%**

1- Étude réalisée sur la période d'octobre à décembre 2017



#### 3.2.3. Principaux résultats

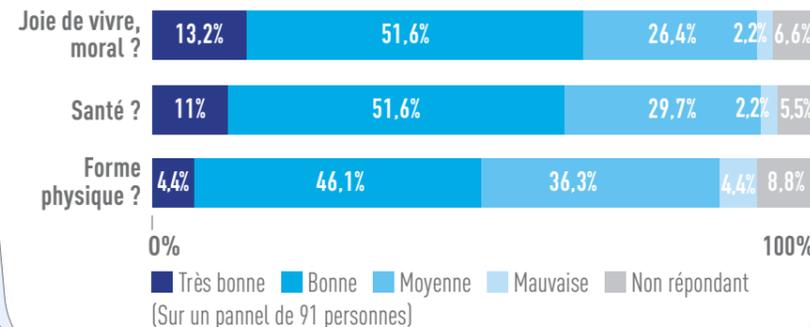
##### PROFIL DES RÉPONDANTS

59% de femmes, 28% d'hommes.

56% vivent en couple.

60% ont moins de 75 ans.

##### Comment évaluez-vous votre...



Les ateliers "Bien chez soi" s'adressent à des participants dont le moral, la santé et la forme physique sont globalement positifs ; pour autant 40 à 50% d'entre eux se déclarent se sentir en fragilité sur ces 3 items.

##### LE LIEU DE VIE DES PARTICIPANTS

65% vivent en maison.

32% vivent en appartement.

81% sont propriétaires.

15% sont locataires.

##### LA CONNAISSANCE DE L'ATELIER

46% par les mairies ou les Ccas - prépondérance des acteurs locaux partenaires.

15% par la Carsat.

15% par l'entourage.

##### LES ATTENTES

62% souhaitent acquérir des connaissances pour mieux aménager leur logement et 37% faire le point sur leur habitat.

85% des participants pensent pouvoir rester dans leur logement actuel, soit quelques années (45%) soit pour toujours (40%).

##### VERS UNE PRISE EN COMPTE DES RECOMMANDATIONS D'ADAPTATION DU LOGEMENT

En fin d'atelier 67% des participants souhaitent mettre en œuvre des travaux d'aménagement (+13% entre la 1<sup>ère</sup> et la dernière séance).

3 à 6 mois plus tard, 33% d'entre eux concrétisent leur projet d'aménagement.

50% souhaitent faire appel à un expert ou à un professionnel pour aménager leur habitat (+27% entre la 1<sup>ère</sup> et la dernière séance).

3 à 6 mois plus tard, 31% concrétisent par l'achat d'accessoires ergonomiques.



#### 3.2.4. Démarche d'amélioration mise en place

Une fois ces résultats positifs constatés, Atouts Prévention Rhône-Alpes a décidé de :

- Poursuivre la mise en place d'ateliers sur cette thématique en Rhône-Alpes,

- Accompagner les structures évaluatrices par la mise en œuvre d'une formation concernant les aides techniques afin d'informer les retraités en situation de fragilité,
- Actualiser le référentiel d'intervention de l'atelier.

### 3.3. ATELIERS D'INITIATION AU NUMÉRIQUE

« Se connecter avec ses proches et son environnement »



#### 3.3.1. Présentation de l'offre

L'objectif de l'offre proposée par Atouts Prévention Rhône-Alpes est de permettre aux retraités de :

- Découvrir les possibilités des différents outils numériques (ordinateurs, tablettes, smartphones),
- Pratiquer les outils selon leurs besoins et leurs envies : envoyer un mail, recevoir et regarder des photos, faire des démarches administratives, contacter ses proches...,
- Créer leur espace personnel sur les sites des organismes.

##### Déroulement :

15 SÉANCES D'UNE DURÉE DE 1H30 À 2H30 CHACUNE

##### Nombre d'actions réalisées chaque année :

ENVIRON 150 ATELIERS PAR AN  
AVEC 2000 RETRAITÉS INITIÉS

##### Avec de nombreux partenaires de proximité :

CENTRES SOCIAUX ET SOCIO-CULTURELS,  
ASSOCIATIONS, COMMUNAUTÉS DE COMMUNES...



#### 3.3.2. Objectifs et mise en œuvre de l'étude

Celle-ci a reposé sur 2 études complémentaires :

##### Méthodologie de la 1<sup>ère</sup> étude auprès des personnes retraitées<sup>1</sup>

##### Objectifs :

- Mesurer l'impact des différentes actions menées lors des ateliers ainsi que la satisfaction des participants,
- Mesurer l'adéquation entre l'offre proposée et les attentes des assurés.

**Comment :** un questionnaire proposé en ligne aux assurés participants à la dernière séance des ateliers avec 442 réponses obtenues.

**Quel mode :** une analyse réalisée à l'aide du logiciel LimeSurvey.

##### Méthodologie de la 2<sup>ème</sup> étude auprès des partenaires opérateurs<sup>2</sup>

##### Objectif :

- Approfondir l'évaluation de la satisfaction réalisée par la 1<sup>ère</sup> étude.

**Comment :** échantillonnage représentatif de 24 structures, soit 60% des ateliers et 63 % des participants (soit 93 ateliers pour 855 personnes). avec 442 réponses obtenues.

**Quel mode :** une analyse quantitative et qualitative des bilans annuels des structures.



#### 3.3.3. Principaux résultats

##### RÉSULTATS DE LA 1<sup>ÈRE</sup> ÉTUDE

**PRÉSENTÉISME** 80% des répondants sont présents à 10 séances et plus.

##### ÉQUIPEMENT NUMÉRIQUE

+ de 88% des répondants sont équipés d'un matériel type ordinateur ou tablette ou smartphone et moins de 60% possèdent une connexion internet.

##### SATISFACTION

99,5% sont globalement satisfaits de la qualité de l'animation, près de 94% des répondants sont globalement satisfaits du nombre de séances proposées, 91% se sentent plus à l'aise avec les outils du numérique à l'issue de l'atelier.

90% des personnes interrogées recommandent l'atelier à leur entourage.

##### SOUHAITS

+ de 40% des répondants souhaitent aborder d'autres thématiques telles qu'apprendre sur un autre support (ordinateur ou tablette) et connaître plus de logiciels ou pouvoir classer, trier et archiver les photos ou bien encore connaître davantage la bureautique (savoir créer un courrier, un tableau, ...).

##### RÉSULTATS DE LA 2<sup>ÈME</sup> ÉTUDE

##### ACTIONS CONCRÈTES

51% des personnes ont créé leur espace personnel sur l'Assurance retraite et 38% ont créé leurs compte « Service + » action sociale<sup>3</sup>.

##### UNE SUGGESTION

Un besoin de création de bases de formation permettant de s'entraîner sur les sites institutionnels.



#### 3.3.4. Démarche d'amélioration mise en place

Pour donner suite aux résultats constatés, des actions ont été identifiées :

- Favoriser le partage des bonnes pratiques entre structures,
- Accompagner les animateurs quant à l'actualisation de leurs connaissances des sites institutionnels,
- Créer un réseau de soutien destiné à rompre l'isolement face au numérique,

- Examiner l'opportunité de la mise en place d'une session complémentaire 3 mois après la fin de la formation afin de renforcer les apprentissages et répondre aux éventuels points de blocage ou questionnements.

1- Étude conduite sur la période de février à septembre 2018

2- Étude conduite en avril 2019

3- <https://www.voservicesenligne.carsat-ra.fr/>

### 3.4. AIDE AU RETOUR À DOMICILE APRÈS HOSPITALISATION (ARDH)

« Pour un retour en sécurité chez soi avec un accompagnement personnalisé »



#### 3.4.1. Présentation de l'offre

L'objectif de l'offre proposée par Atouts Prévention Rhône-Alpes est de permettre aux retraités de :

- Faciliter le processus de récupération après une hospitalisation,
- Favoriser la vie à domicile en tenant compte de la situation de fragilité rencontrée par la personne retraitée,
- Fluidifier le parcours entre les établissements de santé et le domicile.

##### Contenu de l'offre :

- UN FORFAIT UNIQUE DE 500€ versé directement au retraité après étude de ses droits par les services administratifs des caisses de retraite. Cette offre permet de bénéficier de manière modulable et selon leurs besoins, d'une aide humaine, de portage de repas, de la téléassistance ou de l'installation de petits matériels, sur une période de 3 mois après la sortie d'hospitalisation,
- UN ENTRETIEN PAR LE SERVICE SOCIAL DES CAISSES DE RETRAITE OU PAR LES STRUCTURES ÉVALUATRICES sous la forme d'un contact téléphonique et/ou d'une visite à domicile dans un délai de 2 à 6 semaines après la notification d'un plan d'aide afin de faciliter en cas de besoin la mise en place de l'aide, d'évaluer les besoins de la personne à mi-parcours, et d'orienter si nécessaire la personne vers une demande de plan d'aide sur une durée plus longue.

**Nombre de personnes accompagnées chaque année :** ENVIRON 5 000 à 6 500



#### 3.4.2. Objectif et mise en œuvre de l'étude

##### Objectif :

Evaluer le service rendu aux bénéficiaires et son adéquation aux besoins et repérer les points d'amélioration du dispositif.

##### Mise en œuvre de l'étude<sup>1</sup> :

Comment : réalisation d'entretiens téléphoniques sur la base d'un questionnaire d'une vingtaine de questions auprès d'un échantillon de bénéficiaires et d'une trame d'entretien pour les professionnels :

- 147 bénéficiaires (68% Carsat et 32% Msa),
- 17 assistant(e)s de services sociaux des services hospitaliers, de soins de suite et de réadaptation et centre de rééducation fonctionnelle,
- 15 professionnels composés de représentants des structures évaluatrices, services d'aides à domicile, instructeurs administratifs des caisses retraite.



#### 3.4.3. Principaux résultats

##### RÉPONSES DES BÉNÉFICIAIRES

**PROFIL DES RÉPONDANTS** Moyenne d'âge de 74 à 90 ans – **80%** de femmes.

##### DÉROULEMENT DE LA DEMANDE D'ARDH

**46%** des demandes sont réalisées après la sortie de l'établissement de santé.

##### MISE EN PLACE DE L'ARDH

**75%** en bénéficient pour la première fois, **49%** ont eu recours à l'ARDH par l'intermédiaire de l'assistante sociale (les bénéficiaires ont une moyenne d'âge de 76 ans), **43%** ont eu recours à l'ARDH par l'entourage (les bénéficiaires ont une moyenne d'âge de 81 ans), **16%** par les bénéficiaires seuls (les bénéficiaires ont une moyenne d'âge de 74 ans).

##### UNE SATISFACTION DES BÉNÉFICIAIRES

**72%** considèrent le montant du forfait comme satisfaisant, **96%** reconnaissent que cela leur a facilité le quotidien et **88%** se sentent mieux, **94%** sont satisfaits de la visite d'évaluation de leurs besoins.

**APRÈS L'ARDH** **50%** ne maintiennent pas la mise en place d'aides après l'ARDH, ce qui confirmerait leur retour à l'autonomie.

##### RÉPONSES DES PARTIES PRENANTES

##### POINT DE VUE DES ASSISTANT(E)S DE SERVICE SOCIAL

**70%** estiment connaître plutôt bien l'offre, **30%** souhaitent une formation complémentaire.

##### POINT DE VUE DES INSTRUCTEURS ADMINISTRATIFS

**75%** déclarent ne pas disposer systématiquement de l'ensemble des informations utiles à l'instruction (notamment les ressources financières de la personne retraitée).

##### POINT DE VUE DES ÉVALUATEURS

**75%** des évaluateurs interrogés sont confrontés à une non-mise en place du plan d'aide au moment de leur visite ou de leur appel, **70%** contactent les assurés dans le mois de leur sortie d'hospitalisation, **100%** déclarent que l'ARDH est un bon outil d'accompagnement.

##### POINT DE VUE DES SERVICES D'AIDE A DOMICILE

Les services annoncent un délai de prise en charge entre **7 et 15 jours**, **70%** priorisent la prise en charge des sorties d'hospitalisation dans leurs interventions.



#### 3.4.4. Démarche d'amélioration mise en place

Pour donner suite aux résultats constatés, des actions ont été engagées, notamment :

- Créer un « mode d'emploi » pratique à l'attention des retraités (étapes et modalités de mise en place du plan d'aide),
- Créer deux foires aux questions sur le site Atouts Prévention Rhône-Alpes : l'une destinée aux partenaires et l'une destinée aux retraités,

- Proposer des séances de présentation de l'ARDH auprès des professionnels des établissements de santé (webinaires),
- Poursuivre le partage des bonnes pratiques entre caisses de retraite.

<sup>1</sup> - Étude conduite sur la période d'avril 2018 à février 2019

### 3.5. ENTRETIEN CONSEIL EN PRÉVENTION

« Un bilan en prévention personnalisé pour un parcours adapté »



#### 3.5.1. Présentation de l'offre

Depuis 2001, une auto-évaluation en prévention sur les principaux facteurs prédictifs du bien-vieillir est proposée aux retraités, soit en numérique seulement, soit en numérique accompagné d'un entretien personnalisé par téléphone pour les publics en situation de fragilité.

En moyenne chaque année, environ 2000 bilans en prévention numériques sont réalisés ainsi que 1000 entretiens en prévention sont conduits ;

L'auto-évaluation et l'accompagnement téléphonique abordent les dimensions suivantes : santé, modes de vie, activités quotidiennes et cognitives, réseau social, dimension émotionnelle ou affective de la santé, quête de sens, planification de l'avenir ;

Cette intervention s'inscrit dans la logique de rendre acteur chaque personne (notion d'empowerment) puisque le plan d'action mobilisable en fin d'accompagnement est défini avec chaque retraité.

#### L'objectif de l'offre en 3 points :

- Réaliser une approche globale des risques liés au vieillissement,
- Déterminer un bilan individuel personnalisé,
- Proposer une offre de service modulable et personnalisée autour des axes mémoire, santé, équilibre, réseau social, bien-être, gestion du quotidien.



#### 3.5.2. Objectif et méthodologie de l'étude

##### Objectif :

Analyser l'impact sur la population cible et formuler des préconisations.

##### Méthodologie l'étude<sup>1</sup> :

- Comment : évaluation externe confié à un cabinet extérieur auprès des professionnels en charge de l'offre de service et des retraités bénéficiaires.
- Quel mode :
  - un questionnaire en ligne adressé à 500 retraités pour 147 réponses obtenues, soit près de 30% de réponse,
  - un focus group organisé pour approfondir l'analyse.

1- Étude conduite sur le 1<sup>er</sup> semestre 2017



#### 3.5.3. Principaux résultats

##### PROFIL DES BÉNÉFICIAIRES

- **54%** des répondants relèvent de la catégorie socio-professionnelle des « Ouvriers, employés ».
- **29%** des répondants sont âgés de plus de 70 ans.

##### L'OFFRE DE PRÉVENTION PERMET A CHACUN D'Y TROUVER UN BÉNÉFICE

- **78%** des usagers affirment que l'auto-évaluation en prévention leur a apporté une valeur ajoutée,
- **88%** des usagers affirment que l'entretien conseil par téléphone leur a apporté une valeur ajoutée ; ils relèvent :
  - la qualité d'écoute du professionnel,
  - les propositions concrètes d'activités issues de cet entretien,
  - le fait que cela déclenche chez eux une introspection.

**LA PLUPART DES USAGERS SOUHAITENT UN SUIVI** après avoir bénéficié de l'offre dans son intégralité (auto-évaluation et entretien conseil).

##### LES PERSONNES AYANT REFUSÉ L'ENTRETIEN CONSEIL EN PRÉVENTION

suite à leur auto-évaluation l'expliquent majoritairement par 2 raisons :

- dans **67%** des cas, l'utilisateur ne comprend pas l'intérêt de l'entretien,
- dans **50%** des cas, l'utilisateur ne se sent pas concerné.

« C'est rassurant de savoir que quand on vieillit on a répertorié quelque part et qu'on peut avoir une réponse à d'éventuelles questions. C'est un morceau de l'angoisse du vieillissement qui s'efface : avoir une porte à laquelle frapper. »

« J'ai particulièrement apprécié l'écoute de mon interlocutrice, j'ai pu poser mes inquiétudes et problèmes et y trouver de vraies pistes d'évolution. »

« Contrairement au bilan que j'ai reçu et qui était très impersonnel, ce moment d'échange était bien amené. J'ai ressenti une vraie connaissance de mon dossier, un vrai travail de mon interlocutrice sur mon cas avant l'entretien téléphonique. Cet échange était beaucoup plus concret pour moi. »

##### VERBATIMS

« Pour donner suite à mon entretien, on m'a invité à un atelier. Celui-ci m'a permis de rencontrer des personnes dans ma situation. Quand on quitte le monde du travail il est plus difficile de créer des liens et de faire des rencontres. C'est ce que j'ai le plus apprécié. »



#### 3.5.4. Démarche d'amélioration mise en place

À la suite de ces résultats, des actions d'amélioration ont été engagées, notamment :

- Accroître la possibilité de compléter directement le questionnaire d'auto-évaluation sur le site des caisses de retraite ;

- Cibler davantage les personnes âgées de 62 à 67 ans lors de leur passage à la retraite ;
- Expérimenter un conseil individualisé sous la forme de 1 à 3 entretiens de suivi ;
- Proposer un numéro d'appel pour les retraités souhaitant des informations ou un suivi personnalisé.



4

UNE APPROCHE QUANTITATIVE : LES PRINCIPAUX RÉSULTATS DES ÉVALUATIONS ISSUES DE L'OUTIL WEB-REPORT



L'OUTIL WEBREPORT, UN OUTIL NATIONAL QUI A POUR FINALITÉS DE :

- définir le profil type des participants et leurs habitudes de vie,
- produire des données quantitatives et qualitatives sur les participants aux ateliers collectifs afin de réaliser des évaluations d'impact,
- d'analyser les résultats régionaux au regard des données nationales.

La méthode de recueil des réponses aux questionnaires se déroule en 3 temps :

- à la première séance des ateliers (T0),
- à la dernière séance (T1),
- trois à six mois après les ateliers (T2).



Les données extraites du système d'information Web-Report pour Rhône-Alpes correspondent à l'année de référence 2019 et prennent en compte les thématiques suivantes : habitat, activité physique adaptée, nutrition, équilibre, mémoire. La priorité de l'analyse porte sur les réponses aux questionnaires T0 et T1, à l'exception de l'activité physique adaptée pour laquelle nous disposons de données significatives en T2.

### 4.1. PÉRIMÈTRE DES RÉSULTATS

**211 actions** rhônalpines enregistrées dans Web-Report ont été analysées pour les 5 thématiques. Elles correspondent à :

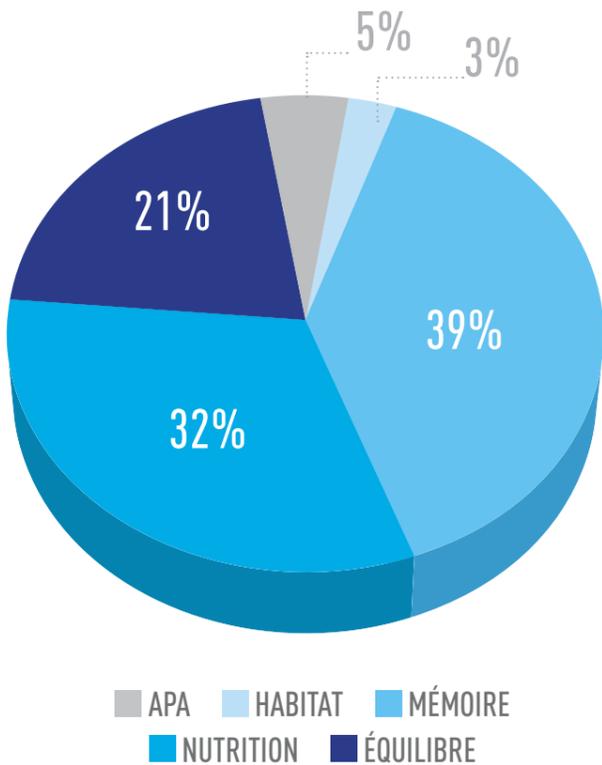
- **2382** questionnaires T0,
- **1401** questionnaires T1,

**43%** des participants déclarent avoir assisté à toutes les séances (vs national 44,3%).

La répartition des participants par thématiques s'effectue de la manière suivante :

↓

TAUX DE REPRÉSENTATION DES PARTICIPANTS SELON LES THÉMATIQUES RENSEIGNÉS DANS LE WEB-REPORT



Les thématiques mémoire, nutrition et équilibre sont les plus représentées, résultat similaire au niveau national).

### 4.2. PROFIL DES PARTICIPANTS

**80%** des participants sont des **femmes**.  
**64%** des personnes âgées ont **70 ans et plus**.  
**43%** des participants sont **en couple** et 28% déclarent être veufs(ves).  
**67%** relèvent du régime général, 7% de la MSA et 5% de la CNRACL.

Les 4 catégories socio-professionnelles les plus représentées sont par ordre d'importance, les employés à hauteur de 46%, les cadres à hauteur de 12%, les professions intermédiaires et ouvriers à hauteur de 22%.

### 4.3. HABITUDES DE VIE

**SANTÉ : plus d'un tiers des participants se perçoivent en fragilité**

- Moins de **50%** des personnes ayant répondu aux questionnaires en début de séance déclarent avoir consulté un médecin généraliste sur les 12 derniers mois. Ce résultat est en-deçà des données nationales 2018 issues du Web-Report qui se situe à 83% ;
- **32%** des participants en T0 estiment leur santé moyenne ou mauvaise (chiffre relativement identique à celui du national de 30,2%) ;
- **30%** des participant en T0 estiment leur joie de vivre ou leur moral moyen ou mauvais (27,1 % pour le national) ;
- **45%** estiment leur forme physique moyenne ou mauvaise.

**DÉPLACEMENT ET LOISIRS : une mobilité et une activité quotidienne maintenue**

- **39%** des participants se déplacent à pied au quotidien et 37% en voiture ; viennent ensuite les transports en commun puis le vélo en 4<sup>ème</sup> position ;
- **56%** pratiquent une activité intellectuelle ou culturelle plusieurs fois par semaine ou plusieurs fois par mois ;
- **61%** s'investissent au sein d'une association ou dans un club plusieurs fois par semaine ou plusieurs fois par mois ;
- **73%** pratiquent des activités physiques ou sportives plusieurs fois par semaine ou plusieurs fois par mois ;
- **64%** ont 6 contacts et plus par semaine.

## 4.4. CHIFFRES-CLÉS PAR THÉMATIQUE

#### ATELIER ACTIVITÉS PHYSIQUES ADAPTÉES (de 3 à 6 séances)

- La motivation : 1<sup>er</sup> effet de l'atelier : les freins qui agissent sur la non pratique d'activités physiques ou sportives tels que le manque de motivation, d'information ou des difficultés physiques diminuent de 6 points (de **31%** à **25%**) ;
- La durée de l'activité quotidienne progresse (**+ 9 points** pour ceux qui pratiquent une activité entre 15 et 30 min, **+ 2 points** entre 30 et 45 min et **+ 4 points** pour 1 heure) ;
- L'augmentation des capacités physiques : **66%** observent une meilleure résistance à l'effort ; **69%** se redécouvrent des capacités en eux-mêmes (confiance, réflexe...).

#### ATELIER HABITAT (3 séances)

**CONSTAT** : une forte majorité des participants envisagent de rester chez eux le plus longtemps possible (**86%**).

**Trois effets marquants de l'atelier :**

- Investir son logement : les participants prennent conscience de l'intérêt d'investir dans des travaux ou dans l'achat d'accessoires :
  - dans la salle de bain (**47%** en T1 soit plus du double qu'en T0 avec **21%**)
  - dans les accessoires ergonomiques type pince, poignée (**41%** en T1 soit 3 fois plus qu'en T0 avec **14%**).
- Mieux connaître les démarches et dispositifs accessibles : un accroissement des connaissances s'observe entre le T0 et le T1 et qui se traduit de différentes manières :
  - **45%** en T1 considèrent que l'atelier leur a donné des conseils nécessaires contre **26%** en T0 qui ne savaient pas vers qui s'adresser pour les accompagner dans leur projet habitat ;
  - **67%** en tirent en bénéfices et en particulier sur l'aspect des aides financières et du comment mieux aménager son logement.
- Mettre en pratique : **19%** des participants relèvent le fait de mettre en pratique les acquis de la formation.

**TAUX DE SATISFACTION :**

- 85 %** considèrent que l'atelier a « tout à fait » ou « assez » répondu à leurs attentes.
- Les participants mettent principalement en avant :
  - **41%** les conseils et les informations délivrés,
  - **32%** la convivialité.

#### ATELIER ÉQUILIBRE (de 10 à 12 séances)

**Quatre effets marquants de l'atelier :**

- L'estimation de leur capacité à se relever en cas de chute augmente de **5 points** entre le début et la fin de séance et parallèlement la difficulté à se relever diminue de **8 points** ;
- Les participants, à une forte majorité (**82%**) découvrent ou redécouvrent des capacités physiques personnelles entre le début et la fin de séance ;
- **70%** pensent mettre en pratique les exercices à leur domicile ;
- **25%** des participants aménagent leur logement pour éviter les chutes.

#### ATELIER MÉMOIRE (de 5 à 10 séances)

**Trois effets marquants de l'atelier :**

- Une augmentation de la capacité de mémorisation de **4 points**, voire **7 points**, entre le début et la fin de séance pour les objets, les chiffres, les mots, les tâches à faire ;
- **75%** pensent reproduire les exercices chez eux ;
- **75%** se découvrent des capacités intellectuelles ou sociales.

#### ATELIER NUTRITION (6 séances)

**Quatre effets marquants de l'atelier :**

- Une augmentation de la consommation quotidienne entre le début et la fin de l'atelier pour :
  - les fruits et légumes (**12 points**),
  - les féculents (**9 points**),
  - les produits laitiers (**8 points**),
  - le pain, biscotte et céréale (**4 points**),
  - les viandes, poissons et œufs (**8 points**),
- Une limitation de la consommation des produits gras, sucrés et salés (**- 4 points**,
- Une augmentation de l'attention portée à l'équilibre des repas est observée (**+ 7 points**),
- Une progression de l'activité physique quotidienne de 30 mn et plus est observée (**+ 7 points**).



5

## UNE COOPÉRATION AVEC L'UNIVERSITÉ DE SAINT-ÉTIENNE



Un partenariat est instauré entre la Chaire de Santé des Aînés de l'Université Jean Monnet de Saint-Étienne. L'objectif est de soutenir différentes études, recherches et expérimentations, notamment en mobilisant le public des retraités, participants ou non aux actions collectives de prévention.

**4 études** sont actuellement en cours de conduite :

### ÉTUDE sur les déterminants des chutes

(Projet EPAGES - Équilibre - Personnalité et Age subjectif)

L'objectif principal est d'identifier les déterminants psychosociaux associés à l'engagement et à l'efficacité des ateliers Équilibre. Il s'agit notamment d'étudier la notion d'engagement et de participation aux ateliers Équilibre du public repéré et orienté par les centres d'exams de santé des caisses primaires d'assurance maladie.

### ÉTUDE CAPTIV Prévention et objets connectés

Cette étude a pour objectif général l'évaluation des effets d'un capteur d'activités sur l'activité physique des retraités. Elle s'appuie sur l'expérimentation d'un dispositif de montre connecté.

### ÉTUDE Marketing social et Prévention

Son objectif principal est d'évaluer l'impact de l'utilisation du marketing social et son efficacité pour faire évoluer la pratique d'une activité physique adaptée chez les seniors et leur assiduité aux actions collectives de prévention des chutes. L'une des finalités est d'accroître le taux de participation aux ateliers.

### ÉTUDE Prévent'AVC

Étude de l'acceptabilité du programme de prévention chez des seniors à risque à domicile, et des outils et méthodes utilisés.

L'objectif est de repérer les personnes à risque d'AVC, d'évaluer leur niveau de risque, de les orienter vers un parcours prévention (en lien avec le médecin traitant).

Ces études sont en cours. Des résultats seront mis en ligne sur le site [www.atoutsprevention-ra.fr](http://www.atoutsprevention-ra.fr)



Pour nous joindre

**Atouts Prévention Rhône-Alpes**

Ensemble, les caisses de retraite s'engagent

CS 23425

69441 Lyon Cedex 03

**Tél. : 04 72 16 18 19**



[www.atoutsprevention-ra.fr](http://www.atoutsprevention-ra.fr)

