

## Grand âge et autonomie

La MSA propose une offre de services concrète



L'essentiel & plus encore

**Contact presse :**

Vieulle.geraldine@ccmsa.msa.fr

L'amélioration de la prise en charge de la dépendance sur l'ensemble du territoire est un enjeu majeur de cohésion sociale. Après plusieurs mois de concertation, le Gouvernement a annoncé qu'un projet de loi de réforme de la dépendance serait présenté en Conseil des ministres d'ici la fin de l'année 2019.

En tant qu'acteur majeur de la protection sociale, la Mutualité Sociale Agricole (MSA) est force de propositions pour favoriser les solidarités intergénérationnelles sur les territoires ruraux. Elle offre des solutions concrètes en proposant des services innovants adaptés aux différentes problématiques de l'avancée en âge en faveur des populations vivant en milieu rural, grâce à son guichet unique, à ses réseaux et à sa connaissance fine des territoires.

### La MSA prévient le risque de dépendance grâce aux nombreux ateliers qui permettent aux seniors de vieillir en bonne santé, de prendre soin d'eux-mêmes et de leurs proches

Les conférences-débats ont réuni 27 000 personnes lors des 973 éditions en 2018. 29 000 personnes ont participé aux ateliers collectifs de prévention (ateliers du Bien vieillir, Pac résidents, ateliers Peps Eurêka, ateliers Équilibre, ateliers Nutrition...).

### La MSA contribue au maintien dans l'autonomie des personnes âgées

**Présence Verte** est un service de téléassistance leader en France, qui permet de rester chez soi tout en étant accompagné par les écoutants des plateformes d'écoute. Le réseau compte 60 agences et 350 conseillers qui répondent en continu aux appels des 120 000 abonnés.

**Les Maisons d'accueil et de résidence pour l'autonomie (Marpa)**, petites unités de vie, permettent aux personnes âgées qui le souhaitent de pouvoir continuer à vivre en toute autonomie tout en bénéficiant d'un environnement sûr et convivial. Elles sont gérées au quotidien par une association loi 1901 ou par une collectivité locale (Centre communal d'action sociale [CCAS], Centre intercommunal d'action sociale [CIAS]). Chaque projet est soutenu financièrement par une caisse MSA et résulte d'un partenariat avec les collectivités locales. 200 Marpa sont en fonctionnement et accueillent 4 800 résidents.

**Les services à domicile fédérés dans Laser emploi** rassemblent de nombreuses associations proposant des prestations pour tous : entretien de la maison, ménage, repassage, sorties d'hospitalisation, portage des repas à domicile, jardinage, bricolage, petits travaux... Cela représente 210 associations locales, 29 MSA services et 900 000 repas portés à domicile par an.

**Les aides sociales de la MSA** viennent en plus des prestations de base et permettent en fonction des besoins de la personne âgée d'adapter son domicile à ses difficultés de locomotion ou aux risques de chutes. Par ailleurs, la MSA promeut un dispositif d'accompagnement au retour à domicile dans de bonnes conditions après hospitalisation, pour éviter les risques de ré-hospitalisation et donc de perte d'autonomie.

Les fonds d'action sanitaires et sociale permettent ainsi de servir 43 millions d'euros de prestation d'allocation de solidarité spécifique (ASS), dont 88 % d'aides logement et 33 % des prestations individuelles.

### La MSA participe activement à l'aide au répit des aidants

**Bulle d'air**, le service de répit aux aidants, leur permet de « souffler » le temps d'une demi-journée ou de quelques jours.

Le déploiement national est réalisé en partenariat avec Alliance professionnelle Retraite (Agrica, Pro BTP...). 321 familles sont soutenues par Bulle d'air pour un total de 70 000 heures et un coût de 15 €/heure et nu reste à charge de 8 €.

**LES SEPT PROPOSITIONS DE LA MSA POUR UNE MEILLEURE PRISE EN CHARGE DE LA DEPENDANCE ..... 3**

L'offre de services MSA pour l'autonomie et une meilleure prise en charge de la dépendance :

**PREVENIR LE RISQUE DE DEPENDANCE : LES ATELIERS PREVENTION SANTE..... 6**

*Les actions collectives de prévention pour les seniors..... 6*

*Les ateliers du bien vieillir ..... 6*

*Peps eurêka ..... 7*

*Ateliers équilibre et prévention des chutes..... 8*

*Ateliers nutrition santé seniors ..... 8*

*Ateliers vitalité..... 9*

**LA MSA CONTRIBUE AU MAINTIEN DANS L'AUTONOMIE DES PERSONNES AGEES ..... 10**

*Départ en vacances ..... 10*

*Chartes des solidarités avec les aînés..... 11*

*Services proximité – domicile..... 12*

*Présence verte..... 13*

*Portage de repas à domicile..... 14*

*Aide à l'adaptation du logement..... 14*

*Aide au retour à domicile après hospitalisation des personnes âgées..... 15*

*Maisons d'accueil et résidence pour l'autonomie : MARPA..... 15*

*Pac résidents..... 17*

**LA MSA PARTICIPE ACTIVEMENT A L'AIDE AU REPIT DES AIDANTS ..... 18**

*L'aide aux aidants..... 18*

*Répit à domicile : le service Bulle d'air..... 19*

**LA GRANDE CONSULTATION ..... 20**

*La réponse du Gouvernement..... 21*

*Les 7 grandes idées approuvées par les citoyens ..... 21*

# LES SEPT PROPOSITIONS DE LA MSA POUR UNE MEILLEURE PRISE EN CHARGE DE LA DEPENDANCE

Face au vieillissement de la population et à la demande croissante de services de proximité la Mutualité sociale agricole (MSA) est, depuis de nombreuses années, engagée dans la lutte contre la dépendance et la préservation de l'autonomie.

Particulièrement investie dans le champ de l'Economie Sociale et Solidaire (ESS), la MSA propose des offres de services en matière d'accompagnement à domicile (services d'aide à domicile de Laser, téléassistance Présence Verte...) ou d'hébergement en lieux de vie collectifs non médicalisés, les Maisons d'Accueil et de Résidence pour Personnes Agées (MARPA).

En tant que partenaire du déploiement de la réforme grand âge et autonomie, et en s'appuyant sur son expertise de terrain, la MSA a élaboré sept propositions visant à nourrir les débats à venir.

## 1. Simplifier la procédure d'autorisation d'ouverture de résidences autonomie

Afin de faciliter le déploiement des résidences autonomie, la MSA et le réseau MARPA proposent de remplacer l'appel à projets par une procédure d'agrément. Cette procédure pourrait être complétée par un label qui encadrerait les conditions d'accueil et d'accompagnement des usagers des résidences services. La MSA est prête à mettre à profit son expérience pour contribuer à la création de ce nouveau label.

## 2. Faciliter les expérimentations à domicile

Dans une optique de prévention des ruptures de parcours, et dans une logique similaire aux expérimentations en cours dans les EHPAD, les Marpa pourraient ouvrir leurs services au domicile des personnes via des initiatives « hors les murs ». Pour ce faire, l'agrément des Marpa devrait être étendu pour permettre l'accompagnement d'un certain nombre de personnes vivant à domicile. La Marpa assurerait la coordination des services proposés aux personnes à domicile, considérés comme des usagers de l'établissement.

Ces nouvelles modalités de prise en charge permettraient d'accroître la fluidité des parcours de santé et de vie, dans le cadre d'une organisation territoriale intégrée.

## 3. Faciliter la mise en place de « plateformes gérontologiques locales »

Sur des territoires souffrant régulièrement d'un déficit de services, les Marpa ont la capacité de faire office de « plateformes gérontologiques locales » au service des personnes âgées vivant en leur sein ou à domicile.

Elles pourraient, par exemple, jouer le rôle de soutien et de ressource pour les parties prenantes de l'accueil familial (accueillants comme accueillis) évoqué dans le rapport Libault.

Une réflexion est ainsi en cours à la MSA et à la fédération nationale des Marpa, d'une part pour compléter la gamme des établissements et services du réseau et d'autre part, pour renforcer le rôle des

Marpa comme établissements ressources, fournissant et coordonnant des offres et services aux personnes âgées des territoires ruraux.

#### **4. Contribuer à la convergence des politiques pour les personnes âgées et les personnes handicapées.**

---

Depuis plusieurs années, les pouvoirs publics tentent de faire converger les politiques concernant les personnes âgées et celles en situation de handicap. La MSA est déjà engagée dans le développement de solutions d'accueil pour personnes handicapées vieillissantes au travers des « Marphavie » ainsi que de l'appel à projets « Petite Unité de Vie pour Personnes Handicapées Vieillissantes ».

Par ailleurs les Marpa, selon les besoins locaux, pourraient s'impliquer dans le déploiement du dispositif d'habitat inclusif.

#### **5. Diffuser les démarches de prévention dans l'ensemble des structures de prise en charge de la personne âgée**

---

Les Marpa ont mis en place des actions de prévention de l'autonomie auprès de leurs résidents et les ouvrent aux seniors vivants à domicile à proximité. En outre, le Groupe MSA développe des actions de prévention en résidences autonomie, tels que le « Pac Résidents<sup>1</sup> » ou « LANTICHUTE<sup>2</sup> ».

Afin de favoriser le déploiement de ces initiatives, la MSA propose de poursuivre le développement des synergies interrégimes en renforçant la coordination de ses actions avec celles de la CNAV et de la CNAM à l'instar de la collaboration actuelle des trois structures vis-à-vis du déploiement des « Rendez-vous prévention seniors »<sup>3</sup>.

#### **6. Améliorer les dispositifs d'aide aux aidants**

---

La MSA souhaite faire la promotion pour le déploiement du dispositif de répit à domicile « Bulle d'air » et son modèle en mode mandataire. L'actuelle expérimentation mise en place par les pouvoirs publics n'intègre que le mode prestataire. La MSA souhaite que le dispositif soit étendu aux services mandataires.

Elle propose également de renforcer le lien entre le répit des aidants et les Marpa, qui existe déjà par le biais de l'hébergement temporaire proposé par la majorité des Marpa. Des synergies pourraient être développées, par exemple en organisant dans les Marpa des ateliers de sensibilisation et des formations d'aidants sur l'accompagnement des personnes âgées.

#### **7. Décliner les objectifs de l'agenda rural sur le territoire**

---

La MSA a proposé au ministère de la Cohésion des territoires et des relations avec les collectivités territoriales de s'appuyer sur son maillage territorial au travers de ses élus, de ses antennes, des Maisons France service, ou encore son offre de services tels que les Marpa, les services **d'aide à domicile** tels que Bulle d'Air portée par Laser, la **téléassistance** Présence Verte ou les **ESAT** agricoles de **Solidel**.

---

<sup>1</sup> Le Pac Résidents correspond à l'organisation d'ateliers de stimulation cognitive à l'initiative de la MSA.

<sup>2</sup> Dispositif de recueil d'informations sur les motifs de chutes dans le but de prévenir les chutes en établissement.

<sup>3</sup> L'objectif du Rendez-vous prévention est d'inciter les personnes à modifier leurs comportements individuels en vue de prévenir la perte d'autonomie, dans une approche globale médico-psycho-sociale.

Pour compléter utilement ce maillage, la MSA souhaite prendre part aux **Maisons des aînés et des aidants**, « guichet unique de proximité dédié aux personnes âgées et à leurs proches aidants » tel que proposé par le rapport Libault.

### **La Mutualité sociale agricole (MSA)**

La MSA est le deuxième régime de protection sociale en France. Elle assure la couverture sociale de l'ensemble de la population agricole et des ayants droit (>5,5 millions de personnes affiliées). Dans une approche de « guichet unique », la MSA gère toutes les branches de la sécurité sociale. Elle est ainsi un opérateur unique dans le monde de la sécurité sociale, en proposant un accompagnement complet des affiliés à tout âge et dans toutes les situations, avec un décloisonnement entre médical, médicosocial et social au sein d'une entité unique (850 intervenants sociaux ; 350 médecins ; 280 conseillers en prévention).

La MSA propose également, dans le prolongement de son cœur de métier, une offre de services sur les territoires, qui participe à l'attractivité du milieu rural et au maintien du lien social. Aujourd'hui, la MSA est une fabrique de la solidarité et de la cohésion sociale du monde rural. A travers ses 503 agences locales ou points d'accueil, implantées sur l'ensemble du territoire, la MSA dispose d'une capacité d'accompagnement sanitaire et sociale unique en milieu rural, faisant d'elle un terrain d'expérimentation dans le cadre de la mise en œuvre de la réforme grand âge et autonomie.

# PREVENIR LE RISQUE DE DEPENDANCE : LES ATELIERS PREVENTION SANTE

## *Les actions collectives de prévention pour les seniors*

La MSA propose un programme d'actions collectives à destination des seniors (ateliers de prévention et conférences-débats).

L'objectif est d'informer les personnes de plus de 60 ans sur les bons comportements en santé. En se basant sur les préoccupations et les représentations des seniors, ce programme a pour but de permettre l'adoption de comportements favorables à la santé et contribuer ainsi à la préservation de l'autonomie.

## *2017 et 2018 en chiffres*

**27 026** personnes ont participé à 973 **conférences-débats**.

**29 220** personnes ont participé à des **ateliers collectifs de prévention**, soit une hausse de 20% par rapport à 2016 (10 992 participants aux PEPS Eurêka et autres ateliers de stimulation cognitive/mémoire / 8 571 participants aux ateliers équilibre/prévention des chutes / 5 079 participants aux Ateliers du Bien Vieillir / 4 191 participants aux ateliers thématiques sur la nutrition / 387 participants aux Ateliers Vitalité).

### **En 2018 :**

Déploiement national des Ateliers Vitalité (nouvelle offre MSA d'éducation à la santé à destination des seniors).

Nouvelle action collective Cap bien-être.

Nouvelle action sur la nutrition et l'activité physique.

Une nouvelle offre Pac Résidents dans les MARPA.

## *Les ateliers du bien vieillir*

Premiers pas vers une vraie démarche santé, les **Ateliers du Bien Vieillir (ABV)** est un programme d'éducation à la santé qui aide à améliorer la qualité de vie et à préserver le capital santé de toute personne à la retraite.

Véritable occasion de modifier certains comportements sur l'alimentation, le sommeil, la vie sociale, l'équilibre ou les médicaments, les Ateliers du Bien Vieillir ont été déployés dans toute la France et se présentent sous la forme d'un cycle de 7 séances de 3 heures.

Les ateliers, animés selon une méthode conjuguant du contenu scientifique, des conseils ludiques et de la convivialité, sont encadrés par des animateurs spécifiquement formés et rassemblent un groupe de 10 à 15 personnes. Réunis dans un endroit situé à proximité de leur lieu de vie (salle des fêtes, salle municipale...), les participants s'engagent à suivre le cycle complet d'ateliers afin d'acquérir les bonnes pratiques et les bons réflexes du quotidien en matière de santé.

## 7 ateliers, 7 thèmes

- 1- Bien dans son corps, bien dans sa tête
- 2- Pas de retraite pour la fourchette, bouger c'est la santé
- 3- Les cinq sens en éveil, gardez l'équilibre
- 4- Faites de vieux os
- 5- Dormir quand on a plus 20 ans
- 6- Le médicament, un produit pas comme les autres
- 7- De bonnes dents pour très longtemps

## 7 ateliers, 5 raisons de participer

Destinés à toutes les personnes à la retraite, quel que soit leur régime de protection sociale, les Ateliers Bien Vieillir leur permettent :

- 1- d'y **participer près de chez eux,**
- 2- de **s'assurer une retraite plus sereine en consacrant simplement quelques heures à leur santé,**
- 3- d'**adopter les bons réflexes chaque jour grâce à des conseils simples et clairs,**
- 4- de **passer un moment convivial en compagnie de personnes partageant les mêmes problématiques**
- 5- de **se rendre compte qu'il n'est jamais trop tard pour s'occuper de soi.**

Pour trouver un Atelier du Bien Vieillir une carte interactive est disponible à cette adresse : <http://www.pourbienvieillir.fr/trouver-un-atelier>

## ***PEPS eurêka***

Plus que des ateliers, PEPS Eurêka est une méthode à destination des personnes âgées de plus de 55 ans qui souhaitent améliorer le bon fonctionnement de leur mémoire.

### *Stimuler les fonctions cognitives*

Le programme PEPS Eurêka comprend 10 séances de 2h30 où sont proposées des activités permettant de mieux comprendre le fonctionnement de la mémoire, d'acquérir et développer des stratégies de mémorisation.

Cette méthode d'activation cérébrale reconnue prend appui sur des exemples de la vie quotidienne : retenir un code de carte bleue, retrouver sa voiture sur un parking, faire un trajet sans se perdre, moins chercher ses mots...

### *Préserver l'autonomie et la vie sociale*

Ainsi, réunis à proximité de chez eux par groupe de 8 à 15 personnes, les participants peuvent améliorer leur mémoire grâce à des exercices pratiques en lien avec la vie quotidienne. Dans une ambiance qui se veut conviviale et dynamique, les animateurs formés à la méthode distillent stratégies et conseils pour que les participants apprennent à agir sur les nombreux facteurs (activité physique régulière, alimentation équilibrée, respect des cycles de sommeil...) qui influencent le fonctionnement du cerveau.

Des ateliers post PEPS Eurêka peuvent également être organisés pour favoriser le lien social entre les participants, sous différentes formes (sorties culturelles, sportives...). Les ateliers d'activité cognitive et de mémoire peuvent se composer de 3 à 15 séances. Ils s'appuient sur des exercices ludiques et pratiques destinés à entretenir la mémoire.

## **Ateliers équilibre et prévention des chutes**

Environ une personne sur trois âgée de plus de 65 ans ou plus, vivant à domicile, chute chaque année. Ce genre d'accident peut conduire à une altération de la qualité de vie, avec une diminution de la mobilité, une perte de la confiance en soi, ou encore une limitation de l'activité quotidienne.

### *Mieux vaut prévenir que guérir*

Dans une optique de prévenir plutôt que de guérir, la MSA à travers ses caisses développent des ateliers destinés à améliorer la condition physique et favoriser le renforcement musculaire des seniors afin de prévenir les pertes d'équilibre et les chutes.

### *Retrouver la confiance*

Ouverts aux plus de 55 ans, les « **Ateliers Equilibre et prévention des chutes** » sont des programmes de 12 séances d'1h30 où les seniors, organisés par petits groupes, apprennent à évoluer dans leur environnement quotidien en toute sécurité, retrouvent le plaisir de marcher, apprennent les bonnes postures et à se relever en cas de chute.

Assurés par des professionnels, spécialiste de l'activité physique adaptée aux seniors, ces ateliers proposent de la gymnastique douce et préviennent la perte d'équilibre en stimulant la vue, l'ouïe, le toucher et en développant des réflexes qui favorisent le maintien de la posture.

## **Ateliers nutrition santé seniors**

Qu'est-ce qu'une alimentation équilibrée ? Quels sont les besoins nutritionnels et sont-ils les mêmes avec l'avancée en âge ? Quels sont les atouts des différents modes de cuisson ? Comment associer plaisir et bonne santé ?

Pour aider les seniors à répondre à ces questions et s'informer sur les effets de l'alimentation sur le « bien vieillir », la MSA a mis en place les « **Ateliers nutrition santé seniors** ».

### *Mieux s'alimenter en 10 séances*

Organisés en 10 séances de 2 heures, à raison d'une séance par semaine, les « **Ateliers nutrition santé seniors** » regroupent 10 à 12 personnes de 55 ans et plus.

Chaque séance est organisée autour d'un thème particulier :

- Atelier n°1 : « Pourquoi je mange ? »
- Atelier n°2 : « Les 5 sens et l'alimentation »
- Atelier n°3 : « Les familles d'aliments et les besoins nutritionnels »
- Atelier n°4 : « Rythme des repas et diversité alimentaire »
- Atelier n°5 : « Savoir choisir pour bien manger »
- Atelier n°6 : « Mieux connaître les lieux de vente pour mieux consommer »
- Atelier n°7 : « Que se cache-t-il dans mon assiette ? »
- Atelier n°8 : « Alimentation et prévention santé »
- Ateliers n°9 et 10 : « Alimentation et convivialité »

Les deux dernières séances mettent en avant les dimensions de plaisir et d'échange à travers l'alimentation par la réalisation et le partage d'un repas. Organisés dans des structures de proximité, ces ateliers permettent également de lutter contre l'isolement et permettent aux seniors de tisser et développer de nouvelles relations sociales.

## *Ateliers vitalité*

Un programme d'éducation qui aide à améliorer la qualité de vie et à préserver le capital santé des participants.

Se présentant sous la forme d'un cycle de 6 séances de 2h30 et rassemblant un petit groupe de 10 à 15 personnes, les Ateliers vitalité s'adressent à toute les personnes, dès 60 ans, quel que soit leur régime de protection sociale. Les participants, qui s'engagent à suivre l'intégralité du cycle, y apprennent à prendre soin d'eux et acquérir les bons réflexes du quotidien dans un climat de convivialité entretenu par des animateurs formés à cette nouvelle méthode dynamique et participative qui se déroulent à proximité de chez eux (espaces culturels, salles polyvalentes, maisons de quartier...).

### *Le contenu des Ateliers VITALITÉ*

- Atelier 1 : « **Mon âge face aux idées reçues** » : comment appréhender positivement cette nouvelle étape dans sa vie.
- Atelier 2 : « **Ma santé : agir quand il est temps** » : les indispensables pour préserver sa santé le plus longtemps possible : dépistages, bilans, vaccins, traitements ...
- Atelier 3 : « **Nutrition, la bonne attitude** » : adopter une alimentation variée et équilibrée qui allie plaisir et santé.
- Atelier 4 : « **L'équilibre en bougeant** » : comment agir au quotidien pour préserver sa condition physique
- Atelier 5 : « **Bien dans sa tête** » : identifier les activités qui favorisent le bien-être ; sommeil, relaxation, mémoire...
- Atelier 6 : « **Un chez moi adapté, un chez moi adopté** » : prendre conscience des risques dans sa maison pour rendre son logement plus sûr.

### *5 bonnes raisons de participer*

Parce qu'en consacrant quelques heures à leur santé, les seniors vivront leur retraite plus sereinement. Ils se sentiront mieux dans leur quotidien, rapidement et durablement.

Parce qu'ils identifieront leurs besoins et testeront des solutions pour adopter les bons réflexes au quotidien.

Parce qu'ils passeront un moment convivial et ludique, en compagnie de personnes qui rencontrent les mêmes préoccupations qu'eux.

Parce que ça se passe près de chez eux.

Parce qu'il n'est jamais trop tard pour s'occuper de soi.

# LA MSA CONTRIBUE AU MAINTIEN DANS L'AUTONOMIE DES PERSONNES AGEES

## *Départ en vacances*

**LA PROBLEMATIQUE** : Développer des actions intergénérationnelles innovantes.

## *DEPART EN VACANCES AVMA*

Un concept de séjours intergénérationnels créé et développé par la Caisse Centrale MSA et l'AVMA : Part'âge. Il permet à des seniors de grand âge en perte d'autonomie de partir en vacances accompagnés par des jeunes en formation d'aide à la personne.

Le projet Part'âge a été lancé en 2017 par la CCMSA et l'AVMA. Au départ, le projet Part'âge prévoyait 2 séjours expérimentaux avec une vingtaine de seniors par séjour. Aujourd'hui, en 2019, Part'âge vise les 25 séjours pour 620 seniors bénéficiaires.

## *En chiffres*

- |   |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"><li>- 16 MSA mobilisées</li><li>- 21 séjours réalisés</li><li>- L'âge moyen des seniors partis en vacances avec Part'âge est de 80 ans</li><li>- 79% des seniors ont bénéficié de l'aide ANVC (Programme seniors en vacances)</li><li>- Nombre de seniors par édition Part'âge : 2017 =&gt; 123 ; 2018 =&gt; 445 ; 2019 =&gt; 620</li></ul> |
|---|

## *Les objectifs*

- Permettre aux seniors de partir en vacances afin de préserver leur autonomie et lutter contre les risques de fragilité.
- Donner la possibilité aux jeunes d'être en immersion professionnelle dans le cadre d'un séjour d'étude, et d'acquérir des compétences dans l'accompagnement du grand âge.
- Développer la cohésion entre les générations.
- Développer une dynamique de partenariat de proximité entre les MSA, les établissements de l'enseignement agricole (du type MFR), les établissements d'hébergement ou structures d'accompagnement pour personnes âgées (du type Marpa) et les villages vacances de l'AVMA.

## *Les bienfaits pour les seniors*

- **Confiance en soi** : les seniors sont fiers de leur expérience, ils retrouvent confiance en leurs capacités.
- **Regain de dynamisme** : au contact des jeunes et par l'ambiance du groupe les seniors participent avec envie aux activités.
- **Amélioration de la santé** : pendant le séjour, les seniors focalisent moins leur attention sur leur santé. Les « bobos » sont oubliés. Certains réduisent même leur prise de médicaments.

- **Plus d'autonomie** : certains gestes difficiles avant le départ deviennent plus faciles à la fin du séjour et bien après.
- **Ouverture d'esprit** : les échanges avec les jeunes apportent un autre regard sur la jeunesse de la part des seniors. Ils développent une confiance mutuelle.
- **Expression libérée** : en partageant leurs expériences avec les jeunes, les seniors parlent beaucoup et expriment leurs émotions

## *Chartes des solidarités avec les aînés*

**LA PROBLEMATIQUE** : Assurer le suivi du lien de vie

Certains territoires ruraux sont confrontés à un triple phénomène : un vieillissement démographique massif, une réduction des services indispensables à la qualité de vie, un accroissement de l'isolement et une dilution du lien social. Dans ces circonstances le maintien de conditions d'une vie de qualité à domicile ou en établissements pour les aînés constitue un enjeu majeur.

Les chartes territoriales des solidarités avec les aînés s'inscrivent dans la convention d'objectifs et de gestion (COG) 2016-2020 conclue entre l'État et la MSA. Elles ont pour vocation de **lutter contre l'isolement et de développer les solidarités et les services autour des retraités sur les territoires ruraux les plus isolés**. Elles sont proposées aux élus locaux par la MSA et conduites en étroite partenariat avec les acteurs et associations qui agissent en direction des personnes âgées.

Depuis 2013, la MSA initie et anime des chartes territoriales des solidarités avec les aînés autour de **trois enjeux forts qui sont complémentaires** et président au développement des chartes territoriales :

- un enjeu démographique lié au vieillissement accru de la population
- un enjeu de cohésion sociale des territoires et de solidarité collective (isolement, accès aux soins...)
- un enjeu de politiques publiques, qui se doivent d'évoluer dans le sens d'une redynamisation de l'ensemble des liens de solidarité (familiaux, voisinage, générations, associatives, etc.)

### *5 domaines d'action pour améliorer le bien-être sanitaire et social :*

- 1- Le soutien au lien social et aux solidarités de proximité
- 2- La valorisation des engagements et de l'expérience des aînés
- 3- La prévention du vieillissement
- 4- Le développement d'une offre de santé de proximité
- 5- Le développement d'une offre de services ou structures de proximité

### *Un projet de territoire*

L'objectif de la démarche est d'apporter des solutions pour répondre aux attentes et satisfaire les besoins d'une population donnée. Il s'agit d'engager un processus de développement social local et de diagnostic territorial concernant la population âgée, axé sur l'organisation des solidarités et le développement de services et structures professionnels santé/social.

## **Services proximité – domicile**

**PROBLEMATIQUE** : Renforcer le maintien à domicile des personnes âgées

Les personnes âgées et leurs familles sont de plus en plus nombreuses à faire le choix du maintien à domicile, avec des aides adaptées.

Dans le prolongement de sa mission de service public de protection sociale, la MSA développe, depuis plus de trente ans, une offre de services dans le champ de l'économie sociale et solidaire.

C'est ce qui fait l'identité du Groupe MSA qui regroupe un grand nombre d'associations proposant des prestations ouvertes à tous :

- Entretien de la maison, ménage, repassage
- Maintien à domicile
- Sorties d'hospitalisation
- Téléassistance
- Portage des repas à domicile
- Jardinage, bricolage, petits travaux

### *La Fédération nationale de l'offre de services*

La Fédération nationale de l'offre de services de la MSA anime et accompagne le réseau de l'offre de services. Elle promeut et coordonne la politique générale de développement de cette offre.

[www.services-msa.fr](http://www.services-msa.fr)

### *En chiffres :*

- 210 associations implantées localement, fédérées au sein de 29 MSA services.
- 900 000 repas portés à domicile

## Présence verte

Créée en 1986 par la MSA, Présence Verte est une offre de service qui propose des solutions de téléassistance permettant aux abonnés d'être pris en charge 24h/24 et 7j/7 en cas de problèmes à domicile ou hors domicile.

Présence Verte a développé des solutions de téléassistance sur-mesure pour les personnes isolées ou fragilisées que ce soit en raison d'une maladie, d'un accident, d'un handicap ou d'une situation professionnelle isolante.

### La téléassistance en chiffres

560 000 personnes sont équipés d'un dispositif de téléassistance en France (étude « Boomers 2016 » du cabinet Frédéric Serrière Consulting).

11,9% des français de 75 ans et plus bénéficient de la téléassistance.

En 2015, le marché français de la téléassistance est estimé à 135 millions d'euros.

61% des installations de dispositifs de téléassistance se font après une chute, sur demande de la famille (26%).

La téléassistance diminue de 80% le risque de décès résultant d'une chute et minimise de 26% celui de se faire hospitaliser.

### Préserver l'autonomie

Avec 30 ans d'expertise au service des personnes âgées, Présence Verte se présente comme la pionnière de la téléassistance en France.

Elle permet ainsi aux personnes isolées ou en situation de fragilité de préserver leur autonomie et leur liberté de mouvement tout en leur garantissant d'avoir du secours dès que la situation l'exige, et à leurs proches d'avoir l'esprit plus tranquille.

S'appuyant sur son réseau de 60 agences locales et 350 conseillers formés aux problématiques spécifiques liées à l'autonomie des personnes dépendantes, Présence Verte, au-delà d'apporter une solution technique, privilégie l'aspect humain qui passe par le contact, l'écoute et l'aide de proximité.

Ainsi, le rôle des conseillers ne s'arrête pas à la prise et aux traitements des appels. Il consiste aussi à veiller au quotidien sur les personnes équipées faisant de Présence Verte un créateur de lien qui s'évertue à tisser de véritable réseau de solidarité autour de l'abonné, à répondre à ses attentes et à proposer les prestations les plus adaptées à ses besoins en évolution.

### Présence Verte en chiffres

115 000 abonnés à travers la France

60 antennes régionales

350 conseillers locaux

Depuis 2016, 12 des 30 associations Présence Verte ont obtenu la certification AFNOR « téléassistance au domicile »

6 agences certifiées en 2017 : Présence Verte Hérault / Présence Verte Pays d'Ouest / -Présence Verte 16-17-33 / Présence Verte Provence Azur / Présence Verte Services 86 / Présence Verte Indre.

### Un protocole d'assistance en trois points

- **L'appel** : une simple pression sur le bouton du déclencheur et l'appel est immédiatement émis vers une centrale d'écoute.
- **Le dialogue** : l'abonné est identifié par l'opérateur. Selon la situation, ce dernier prend la décision la plus adaptée.

- **L'intervention** : l'opérateur de la centrale d'écoute peut prévenir un proche ou, si besoin alerter directement un médecin, voire les services d'urgence (pompiers, SAMU, gendarmerie). Il suit l'intervention et reste en contact avec l'abonné jusqu'à ce qu'il soit assuré de sa sécurité.

### *Les valeurs fondatrices*

La **proximité** (accompagnement d'un conseiller personnel, appels réguliers, possibilité d'appeler un animateur pour briser leur solitude, échanger et partager).

La **solidarité** (renforcement du lien social en créant des réseaux de solidarité (voisins, amis, bénévoles...). Collaboration avec des partenaires locaux impliqués dans le maintien à domicile des plus âgés).

L'**innovation** (développement de produits et solutions de téléassistance à la pointe de la technologie).

Présence Verte adhère à la Charte des Droits et Libertés de la Personne Accueillie.

### *Portage de repas à domicile*

Pour tendre vers un meilleur équilibre alimentaire tout en créant du lien social, la MSA peut prendre partiellement en charge un service de livraison de repas assuré au domicile. Après une hospitalisation, la MSA peut également financer la prise en charge intégrale de dix repas portés à domicile.

Pour bénéficier du portage de repas à domicile, il faut être âgé de 60 ans ou plus, être retraité de la MSA et vivre seul ou en couple.

### *Aide à l'adaptation du logement*

Le maintien à domicile passe également par la limitation des risques domestiques. A ce titre, la MSA peut accorder une aide à la prise en charge partielle d'aménagements destinés à prévenir la perte d'autonomie tout en favorisant la sécurité du logement.

Concrètement, il s'agit de petits équipements amovibles (tels que rehausse WC, planche de bains, siège pivotant de baignoire, tabouret de douche, tapis antidérapant, barre d'appui, rehausse lit, rehausse fauteuil, kit lumineux ou main courante) permettant l'aménagement des sanitaires ou d'un espace de vie sur un même niveau.

Ce service s'adresse aux personnes âgées de 60 ans et plus, non imposables.

## **Aide au retour à domicile après hospitalisation des personnes âgées**

Pour répondre aux besoins temporaires liés à une sortie d'hospitalisation, la MSA propose un service d'aide au retour à domicile des personnes âgées. C'est une aide à court terme qui vise à répondre aux difficultés que rencontre un retraité à la suite d'une hospitalisation. Dans la période succédant immédiatement à cette hospitalisation, la MSA souhaite ainsi permettre au retraité de faciliter son retour à domicile.

L'ARDH est une prestation spécifique, distincte de l'AADPA (aide à domicile aux personnes âgées) / PAP (plan d'aide aux personnes âgées).

Ce service se destine aux personnes âgées de 60 ans et plus, retraitées de la MSA, qui ne bénéficient pas de l'Allocation Personnalisée d'Autonomie.

## **Maisons d'accueil et résidence pour l'autonomie : MARPA**

**LA PROBLEMATIQUE** : Améliorer la qualité et l'accueil des personnes âgées en établissements spécialisés

Lors de la *grande consultation citoyenne sur le grand âge et l'autonomie*, 93% des participants étaient d'accord avec la proposition d'**améliorer la qualité et l'accueil des personnes âgées en établissements spécialisés**, ce qui place cette dernière parmi les 7 grandes idées approuvées par les citoyens.

La problématique du lieu de vie des personnes âgées fait d'ailleurs partie des 4 grandes préoccupations des Français.

Avec 7573 EHPAD accueillant 608 000 résidents, 10% des personnes de plus de 75 ans vivant en établissement, en 2016, et une perspective de 4,8 millions de personnes âgées de 85 ans et plus d'ici 2050 (contre 1,5 million aujourd'hui), l'amélioration des conditions de vie en établissements spécialisés s'impose comme l'un des enjeux majeurs que représente le vieillissement de la population pour notre société.

## **MSA / MARPA, toute une histoire**

Dès 1986, consciente de cette problématique et pour répondre aux fortes attentes des seniors, la MSA initie les premières *Maisons d'accueil rurales pour personnes âgées*.

Immédiatement, les objectifs de ces MARPA sont de permettre aux personnes âgées retraitées, indépendamment de leurs ressources financières et de leur régime de protection sociale, de vivre sur leur bassin de vie, de favoriser les relations intergénérationnelles et de soutenir l'économie locale.

Fin des années 1990, les MARPA se positionnent clairement comme des établissements pour personnes âgées lorsqu'est votée la loi instaurant les EHPAD (établissements d'hébergement pour personnes âgées dépendantes) et les EHPA (établissements hébergeant des personnes âgées), puis elles obtiennent un statut adapté suite à la loi APA du 20 juillet 2001 sur la prise en charge de la perte d'autonomie des personnes âgées et l'aide personnalisée d'autonomie.

Avec la loi ASV du 28 décembre 2015, pour laquelle la fédération nationale MARPA a intégré en 2013 les groupes de réflexion inhérents à sa préparation, la dénomination MARPA « *Maisons*

*d'accueil rurales pour personnes âgées » change au profit de l'appellation « Maisons d'accueil et de résidence pour l'autonomie » (décret du 27 mai 2016).*

## *Pour garder son indépendance*

Le réseau national Marpa se présente comme le leader des résidences de retraite à taille humaine, moins de 25 logements.

Véritable alternative à l'hébergement traditionnel, il cible les personnes âgées souhaitant garder leur indépendance, tout en bénéficiant d'un accompagnement personnalisé, d'une réelle sécurité au quotidien et d'un environnement social convivial.

## *Le réseau Marpa en quelques chiffres*

200 établissements répartis sur 70 départements  
Plus de 4 700 retraités accueillis et accompagnés au quotidien par les équipes des Marpa  
Le réseau regroupe plus de 1 500 professionnels qualifiés salariés (soit en moyenne 6 à 8 ETP par structure) à l'échelon national.  
Fin 2017, 80 projets de création Marpa sont en cours (départements d'outre-mer inclus)  
Le réseau Marpa projette 10 à 15 ouvertures par an.

## *Comment ça marche*

Composée de moins de 25 logements individuels d'hébergement permanent ou temporaire tous de plain-pied, loués vides, chaque Marpa accueille un maximum de 24 résidents, de 60 ans ou plus, vivant en milieu rural.

Chaque logement est équipé d'un coin cuisine et d'une salle de bains avec toilettes. Il dispose d'un accès privatif et d'une terrasse ou d'un jardinet et est aménagé pour répondre aux nécessités des personnes à mobilité réduite (accès pour les fauteuils roulants, portes larges, poignées ergonomiques).

Cette configuration permet ainsi aux résidents de posséder un « chez soi », de poursuivre leurs habitudes et de garder leurs repères. Si l'avancée en âge du résident compromet son autonomie, les Marpa apportent un accompagnement renforcé grâce à une équipe professionnelle d'environ 6 à 9 personnes qui coordonne les services autour des personnes accueillies et veille au bien-être de tous.

Entièrement ouvert vers l'extérieur, les Marpa permettent aux résidents de participer à part entière à la vie sociale, économique et culturelle locale et les laissent libres d'aller et venir et de recevoir des visiteurs quand ils le souhaitent.

## *Les cinq principes phares*

- 1- Des valeurs, un cadre légal et conceptuel pour le montage financier du projet, le fonctionnement et le pilotage de l'établissement. Cet encadrement strict permet de proposer un tarif maîtrisé aux résidents.
- 2- La garantie d'une vie réellement « comme à domicile » et d'un accompagnement personnalisé orienté vers la préservation de l'autonomie. Tous les moyens sont déployés pour favoriser la quiétude et le bien-être des résidents seniors.
- 3- Un ensemble de services rendus à ses résidents, à la population et aux acteurs du territoire, et un accès aux services externes utiles à la santé, la sécurité et la participation effective à la vie sociale. Toutes les activités, tous les services, associant la personne âgée à la vie locale, sont encouragés.

- 4- La recherche de coopération et de mutualisation entre Marpa et autres établissements et services pour personnes âgées.
- 5- L'appartenance à une fédération nationale, force de proposition, d'animation et de soutien au réseau.

### ***Pac résidents***

#### *Préserver l'autonomie des personnes âgées en établissement, maintenir leurs capacités résiduelles et stimuler leur mémoire*

Mené avec la Fondation Nationale de Gérontologie (FNG), le PAC résidents est un programme qui concerne les établissements institutionnels promus par la MSA et les Maisons d'accueil rurales pour personne âgées.

Rassemblant 5 à 10 personnes, le PAC résidents se déroule en 14 séances qui visent à améliorer la communication et à préserver l'autonomie des personnes âgées. Il s'inscrit dans un projet de vie de l'établissement ou dans le projet de maison et implique l'ensemble du personnel. Les animateurs du programme sont des experts, formés spécifiquement par la MSA, selon un protocole élaboré par la Caisse centrale de la MSA et la Fondation Nationale de Gérontologie. Cette action constitue une véritable prévention des pathologies neurodégénératives.

# LA MSA PARTICIPE ACTIVEMENT A L'AIDE AU REPIT DES AIDANTS

## *L'aide aux aidants*

**PROBLEMATIQUE :** Mieux accompagner les aidants / améliorer les conditions de travail des personnels d'aide et de soin aux personnes âgées.

Avec son expérience aussi ancienne que reconnue en matière d'initiative et de savoir-faire du réseau, son organisation décentralisée, sa proximité, sa connaissance des publics et sa capacité d'innovation, la MSA met en place de nombreuses initiatives permettant aux aidants d'assumer leur rôle dans la durée en préservant leur équilibre et leur qualité de vie tout en préservant également le bien-être de la personne âgée en perte d'autonomie.

Tout l'enjeu de l'aide aux aidants est de maintenir le lien affectif au sein du couple aidant/aidé, de favoriser la relation d'échange et d'éviter la professionnalisation de la personne aidante.

## *La MSA mène ainsi des actions qui :*

- ciblent les aidants de personnes en perte d'autonomie : quelle que soit la cause de la dépendance, quel que soit le régime d'appartenance et qui réside sur le territoire d'action.
- se déroulent sur un territoire, délimité, avec l'ensemble des partenaires de proximité.
- ciblent les risques spécifiques liés à l'aide et propose à l'aidant : une consultation par son médecin traitant, encadrée par des mesures psycho-éducatives de groupe, se poursuivant par des réponses concrètes personnalisées.

## Répit à domicile : le service Bulle d'air

Bulle d'air est un service de remplacement à domicile, 24h/24 et 7j/7, de 3 heures consécutives jusqu'à plusieurs jours d'affilée, ponctuellement ou de façon récurrente à destination des aidants familiaux et leur proche fragilisé par l'âge, la maladie ou le handicap.

### Calendrier

**Depuis 2011** : expérimentation du service en Isère, Savoie et Haute-Savoie, déployée à l'initiative de la MSA Alpes du Nord.

**En 2014-2016** : conduite d'un projet de recherche action sur la modélisation d'un service de répit à domicile avec le soutien de la CNSA et de la CCMSA.

**A partir de 2017** : essaimage national avec le soutien de la Caisse Centrale de la MSA.

Le service bulle d'air est inspiré du **baluchonnage**\* québécois mais s'en distingue par sa cible élargie à tous les aidants de personnes fragilisées (pas seulement par la maladie d'Alzheimer) et par une durée minimale d'intervention abaissée à une demi-journée.

Ce service spécialiste du répit à domicile propose des interventions « à la carte » d'aide au répit d'une journée, de garde de nuit et de relayage 24 heures sur 24.

Avec 48% des interventions réalisées la nuit et 6% le soir exclusivement, Bulle d'air intervient en complémentarité avec les autres services de maintien à domicile (74% aide à domicile, 17% hébergement temporaire, 20% accueil de jour, 6% SSIAD, 3% garde itinérante).
--

*\*Le **baluchonnage** est un système d'aide au répit inventé par Marie Gendron, une infirmière – chercheuse Québécoise, en 1999. Cela s'appelle le **baluchonnage** car celui ou celle qui vient apporter son aide arrive avec son baluchon pour prendre la place de l'aidant auprès de la personne en perte d'autonomie.*

# LA GRANDE CONSULTATION

Dans le cadre de la concertation et du débat public organisés aux niveaux national et territorial concernant le vieillissement et ses conséquences, le Gouvernement a présenté une feuille de route à double vocation : améliorer dans l'immédiat la qualité de vie des personnes âgées, anticiper et faire face au défi de la perte d'autonomie.

Au-delà des mesures immédiates à mettre en œuvre, le Gouvernement a jugé important d'ouvrir « *un large débat associant l'ensemble des acteurs et des citoyens pour imaginer le modèle de prise en charge de l'âge et de la perte d'autonomie de demain et qui permettra à la France d'être au rendez-vous en 2030* ».

## **Le grand âge et l'autonomie en chiffres :**

1,5 million de personnes de 85 ans en 2017

4,8 millions de personnes de 85 ans en 2050

760 000 personnes âgées en perte d'autonomie qui bénéficient d'un service d'aide et d'accompagnement à domicile

1 265 000 bénéficiaires de l'APA (décembre 2015). Parmi eux, 60% vivent à leur domicile.

8% des personnes âgées touchées par la perte d'autonomie

1,6 million de personnes en perte d'autonomie en 2030 / 2,35 millions en 2060.

10% des personnes de plus de 75 ans vivent en établissement

Une offre de 7 573 EHPAD qui permet d'accueillir chaque année plus de 608 000 résidents (fin 2017)

## **La grande consultation citoyenne en chiffres :**

415 000 participants

18 300 propositions

1,7 millions de votes

## *La réponse du Gouvernement*

Entre le 1<sup>er</sup> octobre et le 1<sup>er</sup> décembre, le ministère des Solidarités et de la Santé a invité les Français à répondre librement à la question « *Comment mieux prendre soin de nos aînés ?* » à travers une grande consultation citoyenne.

Rendus publics les résultats de cette grande consultation permettent de découvrir les sept grandes idées approuvées par les citoyens en ce qui concerne le grand âge et l'autonomie.

## *Les 7 grandes idées approuvées par les citoyens*

- 1- Renforcer le maintien à domicile des personnes âgées (94% d'accord / 17% coup de cœur / 25% réaliste)
- 2- Améliorer la qualité et l'accueil des personnes âgées en établissements spécialisés (93% d'accord / 18% coup de cœur / 24% réaliste)
- 3- Mieux accompagner les aidants (95% d'accord / 16% coup de cœur / 20% réaliste)
- 4- Améliorer les conditions de travail des personnels d'aide et de soin aux personnes âgées (96% d'accord / 16% coup de cœur / 20% réaliste)
- 5- Réduire le coût de prise en charge de la dépendance en établissements comme à domicile (91% d'accord / 15% coup de cœur / 23% réaliste)
- 6- Renforcer l'accès à la santé pour les personnes âgées (91% d'accord / 13% coup de cœur / 24% réaliste)
- 7- Développer des lieux de vie alternatifs ou intergénérationnels innovants (93% d'accord / 18% coup de cœur / 20% réaliste)

Parmi les grandes préoccupations des Français ayant répondu, les **conditions de travail et de vie des personnes en charge de l'accompagnement** arrivent en tête (27%) suivie du **lien de vie** (20%), de la **vie quotidienne** (18%) et de l'**adaptation du système de santé** (9%).