

INRAE
la science pour la vie, l'humain, la terre

AVIGNON
UNIVERSITÉ

ORS
OBSERVATOIRE REGIONAL DE LA SANTE
PROVENCE-ALPES-CÔTE D'AZUR

Pôle
infos
seniors
Marseille Nord

MUTUALITÉ
FRANÇAISE
PROVENCE-ALPES-CÔTE D'AZUR
sud.mutualite.fr

Carsat
Retraite
& Santé
au travail
Sud-Est

I R e S P
Institut de Recherche
en Santé Publique

ars
Agence Régionale de Santé
Provence-Alpes
Côte d'Azur

ALAPAGE
Je suis en forme, je suis **ALAPAGE !**

Appel à candidatures de structures (synthèse)

1^{er} juin 2021

Pour la mise en place
d'ateliers collectifs dans le
cadre du projet ALAPAGE

En janvier 2022

Présentation du projet

L'objectif du projet ALAPAGE est d'évaluer l'impact des **ateliers collectifs de prévention « ALAPAGE »**. Ces ateliers portent sur **l'alimentation et la condition physique de seniors de plus de 60 ans**. Ils ont été coconstruits entre chercheurs et animateurs, en prenant en compte les attentes de seniors.

Les ateliers seront organisés par les acteurs de prévention (Carsat Sud-Est et Mutualité Française Sud) et se dérouleront dans des structures de terrain (centre social, associations, CCAS, etc...).

Pour augmenter la proportion de seniors socialement isolés et/ou économiquement vulnérables dans ces ateliers, une démarche de **recrutement actif, appelée INVITE**, sera mise en place par l'équipe de recherche.

Si vous acceptez de participer à la recherche, votre structure accueillera un atelier témoin ou un atelier intervention (tels que décrits ci-après).

Pourquoi participer à ce projet ?

- ✓ Diversification de votre file active grâce à la procédure INVITE.
- ✓ Participation à une recherche financée par l'ARS, la Carsat et l'IRéSP.
- ✓ Contribution à l'évaluation rigoureuse d'un programme de prévention qui pourra ainsi être considéré comme « probant ».

Public cible

- Seniors âgés de 60 ans ou plus, autonomes, vivant à domicile ;
- N'ayant pas participé à un atelier sur l'alimentation ou l'activité physique dans les deux dernières années ;
- Ne bénéficiant pas de l'Allocation Personnalisée d'Autonomie.

Recrutement

- Procédures habituelles avec information sur la recherche pour 12-13 seniors
- Procédure INVITE pour 2-3 seniors

Les ateliers

Ateliers Intervention

4 séances alimentation avec une diététicienne

- ✓ Diversité alimentaire ;
- ✓ Idées reçues ;
- ✓ Profils nutritionnels (Sain-Lim, NutriScore) ;
- ✓ Alimentation durable ;
- ✓ Budget alimentaire ;
- ✓ Plaisir alimentaire.

2 séances activité physique avec un animateur sportif

- ✓ Apprentissage d'une routine quotidienne (enchaînement de postures simples) ;
- ✓ Apprentissage d'exercices ancrés dans les activités de la vie quotidienne (par ex: se brosser les dents en se tenant sur la pointe des pieds) .

Ateliers Témoin

Nécessaires pour la recherche

4 séances d'évaluation/bilans alimentaire et sportif associées à des animations/ dégustation seront réalisées avant les séances prévention nutrition/ activité physique sur le format ALAPAGE. Un dédommagement de 30 euros en bons d'achats est prévu pour les seniors.

Moyens pédagogiques

Bilan, jeux, activités ludiques, échanges de trucs et astuces

Approches pédagogiques

Fixations d'objectifs individuels ;
Distributions d'outils pour soutenir les seniors entre les séances et après les séances ;
Bilan sur les objectifs individuels.

L'organisation d'un atelier témoin ou intervention par votre structure est déterminée par tirage au sort, afin d'avoir des participants comparables entre les deux types d'ateliers.

Calendrier

Pour que votre structure participe à ce projet, il vous est demandé de :

- Répondre à l'appel à candidature ;
- Une fois sélectionné, formaliser votre participation en signant les conventions ;
- Informer et recruter des seniors pour le ou les ateliers accueilli(s) dans votre structure (distribution des notices d'informations et flyers, respect des critères d'inclusion) ;
- Transmettre des documents au début de chaque séance et stocker sous clés certains documents à la fin de chaque séance ;
- Contacter les participants inscrits avant chaque séance pour leur rappeler la séance à venir.

Une subvention de 1000 euros par atelier organisé est prévue pour la structure participant à ce programme de recherche.

Juin/juillet : réponse à l'appel à projet

- Participer au Webinaire d'information le **16 juin de 9h30 à 11h30** (formation sur le projet et les détails pratiques à connaître)
- Remplir le formulaire de candidature et l'adresser à programmealapage@gmail.com **avant le 16 juillet 2021**

Septembre

Sélection des structures par la Carsat Sud Est et la Mutualité Française Sud et tirage au sort

- Signer la convention « subvention recherche » avec la Carsat Sud Est
- Recevoir l'appel de l'ORS pour le résultat tirage au sort et programmer la période des ateliers et du stockage des données

6 mois avant le début de l'atelier : signature conventions

- Planifier des dates des ateliers avec la Carsat Sud Est ou la Mutualité Française Sud
- Signer la convention atelier avec la Carsat Sud Est ou la Mutualité Française Sud

2 mois avant le début de l'atelier : appel de la personne référente par l'ORS

- Recevoir l'appel de l'ORS concernant le recrutement des participants dans le cadre de la recherche
- Réceptionner et stocker les documents et le matériel pour le projet

1 mois avant le début de l'atelier : recrutement des participants

- Inscrire l'atelier sur le site Bien-vieillir (uniquement si convention avec la Carsat Sud Est)
- Recruter des seniors et remettre des notices d'information aux seniors

Rôle de la structure

Atelier Intervention				Atelier Témoin	
Numéro de la séance	Action à effectuer par la structure			Numéro de la séance	Action à effectuer par la structure
S0	<ul style="list-style-type: none"> Transmettre le matériel et les documents S0 aux animateurs Stocker les questionnaires, les consentements et la feuille de correspondance 	Début de l'atelier		S0	<ul style="list-style-type: none"> Transmettre le matériel et les documents aux animateurs Stocker les questionnaires, les consentements et la feuille de correspondance
S1	<ul style="list-style-type: none"> Transmettre le matériel et les documents S1, S2, S3, S4, S5 aux animateurs Transmettre la feuille de correspondance à l'animateur en début de séance Stocker sous clé la feuille de correspondance et les questionnaires en fin de séance 	1 semaine après S0		S1	<ul style="list-style-type: none"> Transmettre le matériel et les documents S1 aux animateurs Transmettre la feuille de correspondance à l'animateur en début de séance Stocker sous clé la feuille de correspondance et les questionnaires en fin de séance
S2		2 semaines après S0		PAS DE SEANCES	
S3		3 semaines après S0			
S4		4 semaines après S0			
S5		5 semaines après S0			
S6	<ul style="list-style-type: none"> Transmettre le matériel et les documents S6 aux animateurs Transmettre la feuille de correspondance à l'animateur en début de séance Stocker la feuille de correspondance en fin de séance Remettre les questionnaires et les consentements au coursier dans la semaine suivant la séance (planifié avec l'ORS) 	6 semaines après S0		S2	<ul style="list-style-type: none"> Transmettre le matériel et les documents S2 aux animateurs Transmettre la feuille de correspondance à l'animateur en début de séance Stocker la feuille de correspondance en fin de séance Remettre les questionnaires et les consentements au coursier dans la semaine suivant la séance (planifié avec l'ORS)
Post atelier	Soutenir la mobilisation des participants pour le post atelier	Post atelier	PAS DE POST-ATELIER		
S7	<ul style="list-style-type: none"> Transmettre le matériel et les documents S7 aux animateurs Transmettre la feuille de correspondance à l'animateur en début de séance Remettre les questionnaires, le matériel et les documents restants à la personne de l'ORS qui participera à la séance 	3 mois après S6	3 mois après S2	S3	<ul style="list-style-type: none"> Transmettre le matériel et les documents S3 aux animateurs Transmettre la feuille de correspondance à l'animateur en début de séance Remettre les questionnaires à la personne de l'ORS qui participera à la séance => PUIS DEBUT DES SEANCES PREVENTION HORS RECHERCHE (pas de tâche spécifique)