

DES PROGRAMMES DE PRÉVENTION



Les Ateliers du Bien Vieillir

Un cycle de 7 ateliers

Cette action de prévention, pilotée par CAP Retraite Bretagne (dont la MSA est partenaire), a pour objectifs de donner à chaque participant les moyens et l'envie de :

- situer ses comportements actuels en matière de santé,
- s'informer sur les clés du bien vieillir et apprendre à mieux gérer sa santé,
- acquérir de nouveaux réflexes utiles au quotidien pour une hygiène de vie plus favorable à sa santé.

- Bien dans son corps, bien dans sa tête
- Pas de retraite pour la fourchette
- Les cinq sens en éveil, gardez l'équilibre
- Faites de vieux os
- Dormir quand on n'a plus 20 ans
- Le médicament, un produit pas comme les autres
- De bonnes dents pour très longtemps

PEPS EURÊKA, votre mémoire en pleine forme

Le PEPS Eurêka s'adresse aux personnes soucieuses de prendre leur mémoire et leur santé en main et qui sont concernées par une prévention plus globale des troubles cognitifs.

PEPS Eurêka, c'est près de chez vous

A chaque séance, des expériences ludiques

et pratiques pour entretenir votre mémoire et une vie de groupe qui permet l'échange et la stimulation.

Une expérience qui donne envie de partager des savoirs, de reprendre confiance en soi et de faire partie d'un réseau amical.

UNE ANIMATION SUR LES TERRITOIRES

Participer aux conférences-débats

Ces réunions gratuites, tout public, sont animées par des spécialistes ou des professionnels reconnus et organisées à l'initiative du réseau des élus locaux de la MSA.

Les thèmes sont variés : l'alimentation, le sommeil, les accidents vasculaires cé-

rébraux, le cancer, le stress, les troubles de l'audition, la mémoire, les conduites addictives, le mieux-être, la dépendance, les produits phytosanitaires, le don d'organes, les allergies, la douleur, les accidents domestiques, la maladie d'Alzheimer, les zoonoses, le code de la route...

Conception-impression MSA, Portes de Bretagne - 07/2015 - Images CCMSA



vous accompagner

Favoriser les conditions du Bien Vieillir

■ Prévention Santé Seniors



Ensemble,
les caisses de retraite s'engagent



MSA Portes de Bretagne

Action sociale

Ille-et-Vilaine - tél : 02 99 01 80 80

www.msaportesdebretagne.fr

Morbihan - tél : 02 97 46 52 52

contact@portesdebretagne.msa.fr

Adressez vos courriers à : MSA Portes de Bretagne - 35027 RENNES CEDEX 9



L'essentiel & plus encore



L'essentiel & plus encore





Nous espérons tous bien vieillir chez soi, en toute sécurité, mais avec l'âge, nous devenons moins autonomes. Résider à domicile peut alors s'avérer plus compliqué sans accompagnement. Il existe des solutions pour favoriser le maintien sur son lieu de vie et répondre aux nécessités médico-sociales.

La MSA Portes de Bretagne développe une politique d'action sociale pour les seniors et notamment pour ceux en perte d'autonomie. Elle propose des aides et prêts pour favoriser ou restaurer leur autonomie et leur permettre de rester chez eux le plus longtemps possible dans des conditions de santé et de sécurité favorables.

Des programmes de stimulation sont également proposés (Ateliers du Bien Vieillir, PEPS Eurêka) qui favorisent le lien social et luttent contre l'isolement.

LES BÉNÉFICIAIRES

Les retraités agricoles à titre principal, vivant à domicile (ou en établissements d'accueil non médicalisés ou en domiciles collectifs), en GIR 5 ET 6 ou GIR 4 provisoire, non bénéficiaires de l'allocation personnalisée à l'autonomie (APA).

Ces aides sont soumises à des conditions d'attribution. Les retraités doivent résider en Ille-et-Vilaine ou dans le Morbihan.

LES AIDES

L'accompagnement à domicile des personnes âgées -AADPA-

La MSA contribue à prévenir la perte d'autonomie et à rompre l'isolement des personnes âgées.

4 types d'aides

● Aide à la personne et / ou à l'entretien du cadre de vie

Aide à l'intervention d'une aide à domicile pour les actes essentiels de la vie quotidienne, les travaux ménagers, les démarches et à la vie sociale (*en mode prestataire uniquement*).

● Aide à la téléassistance

Abonnement à un système de téléassistance

par un opérateur conventionné par la MSA.

● Aide au portage de repas

Repas livrés à domicile par un service conventionné par la MSA.

● Aide à l'adaptation du logement

Petits travaux d'adaptation pour des devis inférieurs à 400 €.

- Travaux d'amélioration (confort et sécurité) plafonnés à 3 500 €.
- Aide à la prestation d'une intervention d'un ergothérapeute.

La prestation temporaire de soutien aux aidants -PTSA-

Cette prestation permet le maintien à domicile en l'absence temporaire d'un aidant familial, nécessitant un placement en hébergement temporaire, un accueil de jour ou toute autre solution entraînant une dépense.

maximum, pour un couple : 2 134 €/mois maximum.

Pour des dépenses liées à de l'hébergement temporaire, de l'accueil de jour ou toute autre solution entraînant une dépense.

► Conditions de ressources :

- pour une personne seule : 1 423 €/mois

- #### ► Montant : 80 % de la dépense dans la limite d'une aide annuelle de 2 000 €.

LES PRÊTS

La MSA propose deux prêts à taux 0 % pour l'équipement mobilier et ménager des retraités et pour l'habitat.

- #### ► Montant : 80 % du prix de l'achat envisagé Minimum : 200 € - Maximum : 2 000 €

- #### ► Remboursement : le délai maximum de remboursement est de 24 mois.

● **Equipement ménager** : réfrigérateur, congélateur, lave-vaisselle, lave-linge, sèche-linge, aspirateur, appareils de cuisson, matériel informatique, télévision, appareils de chauffage, chauffe-eau. La cuisine aménagée et le poêle entrent dans le cadre du prêt habitat.

● **Equipement mobilier** : tables, chaises, armoires, meubles de rangement, lit, sommier, matelas, bureau, éléments de cuisine.