

# RAPPORT D'EVALUATION DU PRIP

2024



# OBJECTIF DE LA DÉMARCHE D'ÉVALUATION

Mesurer l'impact des ateliers sur comportements et l'acquisition de connaissances favorables au bien-vieillir & interroger le Programme dans sa globalité (conception, qualité et résultats).



Améliorer constamment le Programme !

*Rapport d'évaluation 2024 : <https://www.capseniorsaquitaine.fr/nos-publications>*

# 4 DATES CLÉS

**2011**

Mise en place d'une évaluation annuelle d'impact des ateliers sur le renforcement et l'acquisition de comportements favorables au bien-vieillir.

**2016**

Enrichissement du dispositif d'évaluation par la mesure d'impact sur la qualité de vie.

**2019**

Mise à jour du référentiel d'évaluation et déploiement d'une évaluation du Programme dans sa globalité.

**2022**

Évaluation des actions en distanciel.

# Méthodologie 2024-2027

*La stratégie globale est de n'évaluer plus que 4 ateliers par an (par échantillonnage) mais en reprenant du 3 temps de mesure. Nous aurons donc en 2027 évalué tous nos ateliers en 3 temps.*

## 2024

**NAC et YDR** en 3 temps :

- T0 début d'atelier
- T1 en fin d'atelier
- T2 6 mois après par mailing

## 2025

**FEQ, FBE, Sommeil et Habitat** en 3 temps :

- T0 début d'atelier
- T1 en fin d'atelier
- T2 6 mois après par mailing

*Sauf pour PHARE, Cap Bien-être, BAR toujours au format WebReport*

# 6 questions évaluatives

## Animation territoriale

l'animation territoriale par les ASEPT permet-elle de déployer et de pérenniser des actions de qualité sur le territoire ?

## Communication

les canaux de communication utilisés sont-ils adaptés pour mobiliser les seniors ?

Évaluer  
pour  
progresser

## Adéquation aux besoins

les actions proposées répondent-elles aux besoins, actuels et à venir, des personnes âgées ?

## Mise en œuvre

le programme a-t-il été mis en œuvre conformément aux objectifs ?

## Déploiement

le programme propose-t-il une offre accessible géographiquement à l'ensemble de la population ciblée ?

## Impact

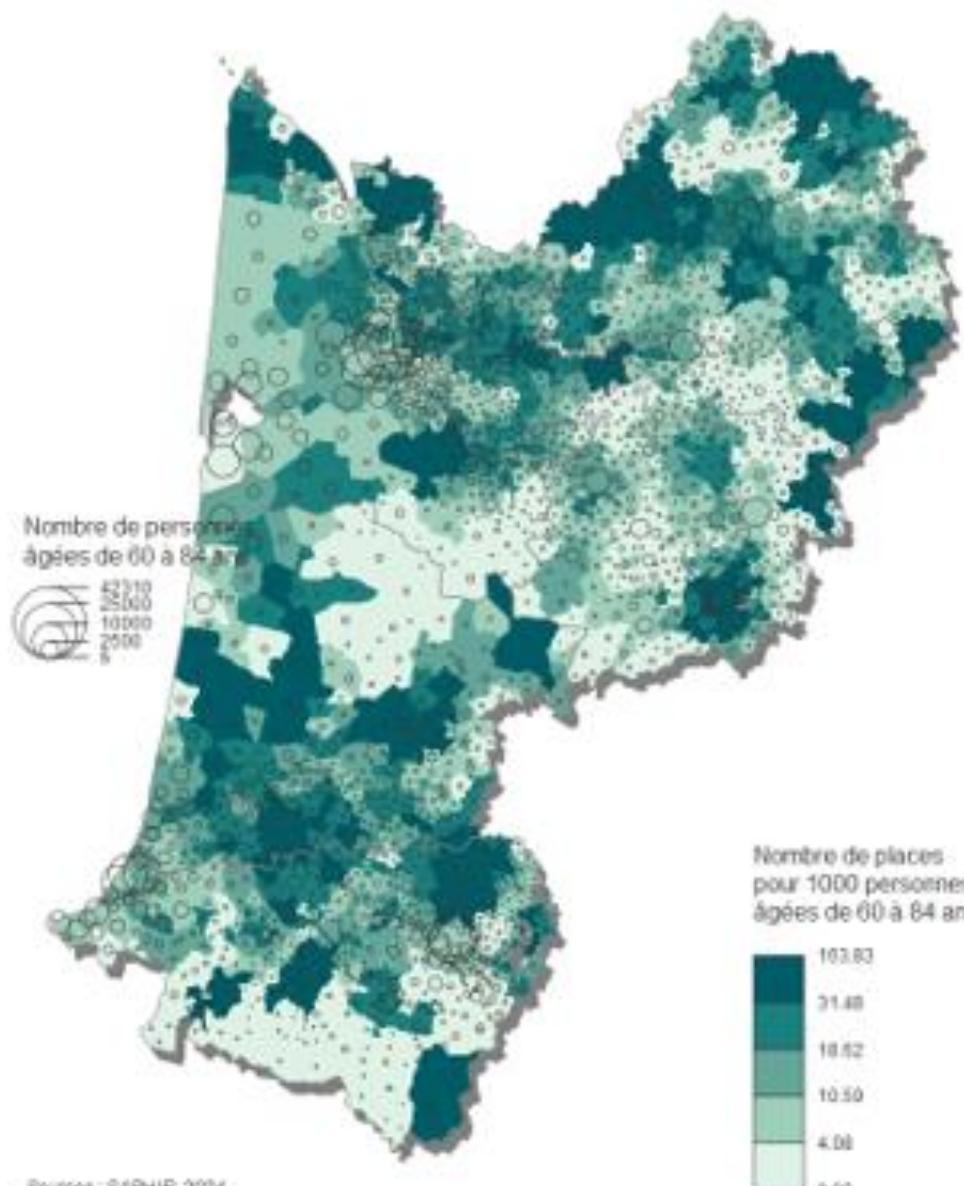
les ateliers ont-ils eu les effets escomptés sur les participants ?

# 1

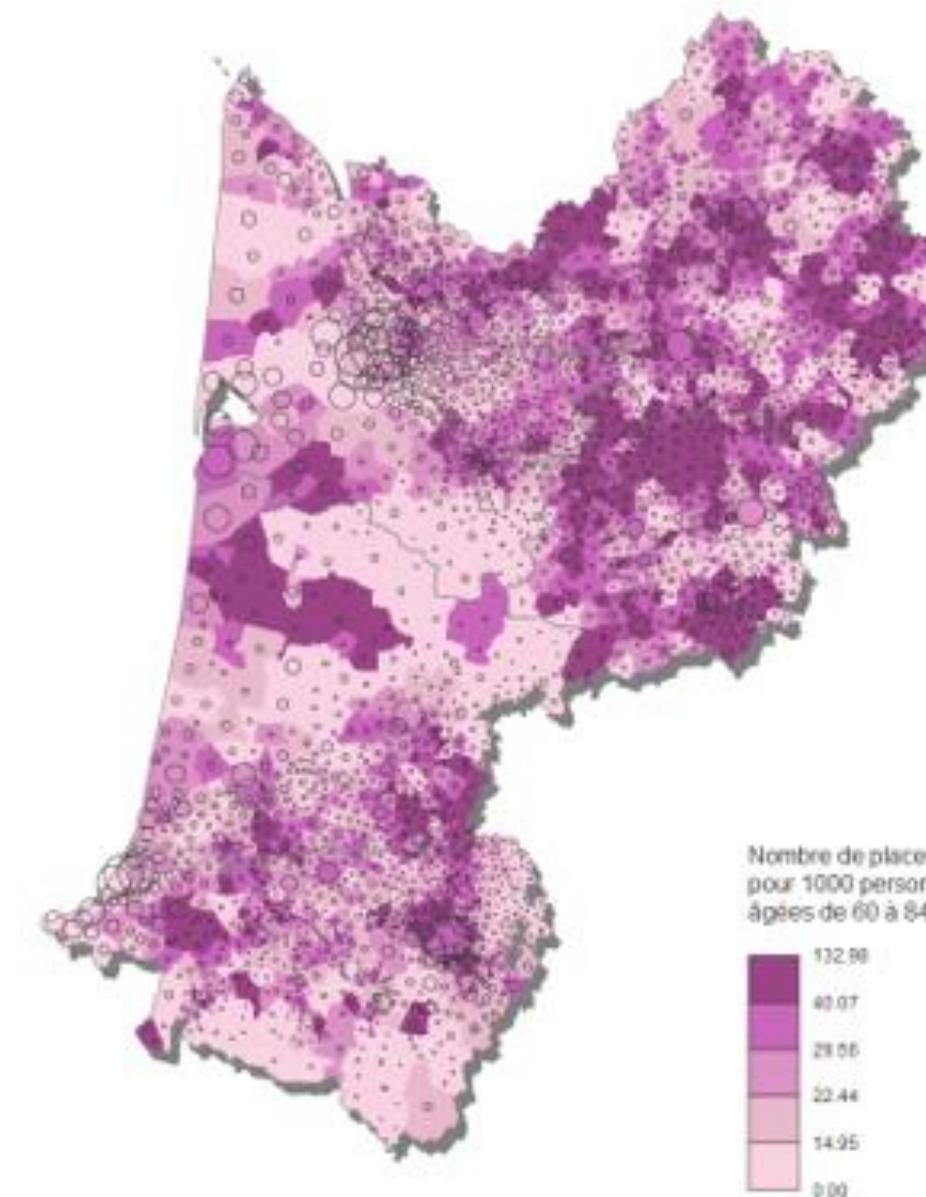
# Maillage territorial solide adapté aux contraintes de terrain permettant de couvrir les territoires ruraux

Accessibilité Potentielle Localisée au PRIP (en nombre de places proposées entre 2022 et 2024 à moins de 20 mn du lieu de résidence, pour 1000 personnes âgées de 60 à 84 ans)

ACTIONS DE SENSIBILISATION



ATELIERS DE PREVENTION



Forte accessibilité des thématiques socles (mémoire, activité physique, nutrition...) qui renforce l'accessibilité au parcours.

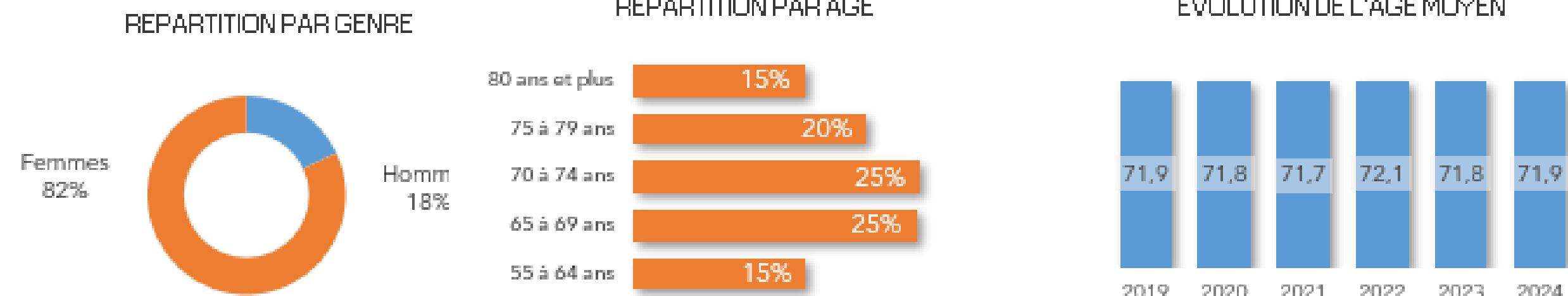
# 2

# Déploiement et mise en œuvre 2024

*Le PRIP en 2024 c'est...*

Actions	% Objectifs	Senior	% Nouveaux	Participants
<b>1 613</b>	<b>103%</b>	<b>15 015</b>	<b>52%</b>	<b>21 875</b>

*Une offre de prévention  
qui touche tous les profils  
de retraités...*



**Une population toujours majoritairement féminine**

# 3

## Zoom sur NAC

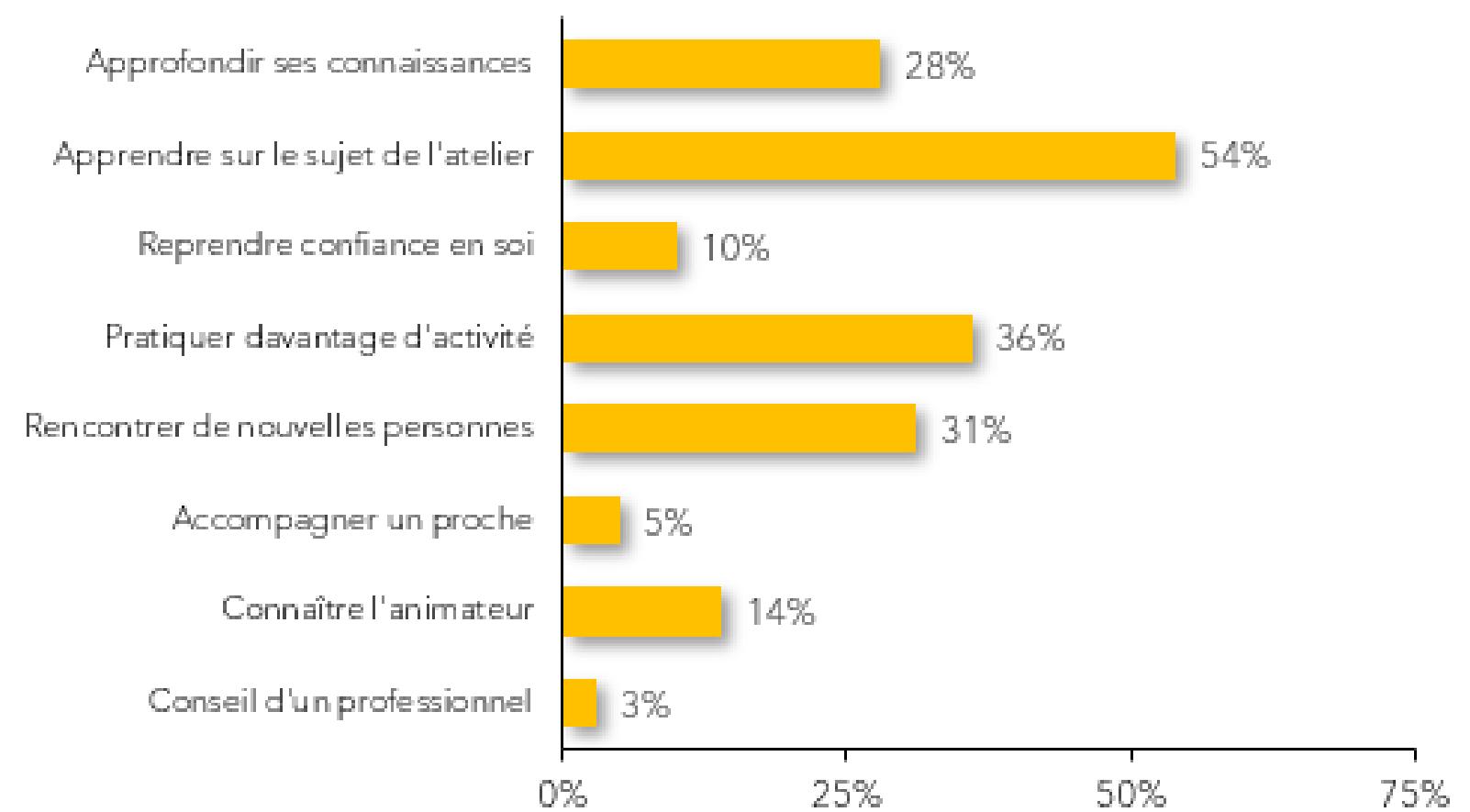
### Pourquoi un atelier Nutri'Activ dans le PRIP

Environ 10 % des personnes âgées vivant à domicile ne mangent pas suffisamment, tandis qu'un tiers des personnes de plus de 65 ans présentent des apports excessifs (source : HealthinAging.org).

Selon l'INRAE, la malnutrition est significativement plus fréquente chez les adultes de plus de 65 ans, augmentant les risques d'infections, de chute, de fatigue chronique ou de perte d'autonomie.

D'où la nécessité de coupler une alimentation équilibrée avec une activité physique régulière

Motivations d'inscription à l'atelier (« vous vous êtes inscrit.e à cet atelier ... »)



# 3

## Zoom sur NAC

**95%**

des participants déclarent mieux connaître les conséquences de leurs habitudes alimentaires

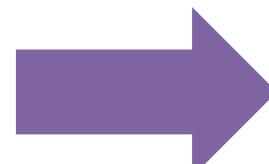
**93%**

des participants indiquent avoir identifié comment adapter leurs comportements pour améliorer leur santé

### Apports de l'atelier Nutri'Activ<sup>®</sup>

	Oui tout à fait	Oui plutôt	Non, pas vraiment	Non, pas du tout
<b>À l'issue de l'atelier, les participants ...</b>				
Connaissent les conséquences positives ou négatives de leurs habitudes	36 %	59 %	3 %	0 %
Identifient comment adapter leurs habitudes pour améliorer votre santé	35 %	58 %	5 %	0 %
Comptent revoir les personnes rencontrées lors de l'atelier <sup>1</sup>	38 %	51 %	8 %	0 %
<b>6 mois après la fin de l'atelier, les participants ...</b>				
Ont mis en application les conseils et exercices présentés	31 %	64 %	5 %	0 %
Ont ressenti des impacts positifs sur votre santé ou leur bien être	24 %	63 %	13 %	0 %
Ont revu les personnes rencontrées lors de l'atelier	19 %	54 %	26 %	0 %
Ont pu appliquer les conseils nutritionnels donnés en séances	32 %	59 %	9 %	0 %
Ont mis en pratique les conseils apportés en matière d'activité physique	42 %	43 %	15 %	1 %

<sup>1</sup> 9% des personnes ne se prononcent pas



6 mois après l'atelier **95%** déclarent avoir appliqué les conseils donnés en séances et **73%** se sont revus après l'atelier.

# 3

## Zoom sur YDR

### Pourquoi un atelier Yoga du Rire dans le PRIP

Le Yoga du Rire :

- Est reconnu pour ses effets sur la santé globale,
- Est recommandé par la Fédération française de cardiologie, et figure parmi les interventions efficaces recensées par Santé publique France dans sa revue Vieillir en bonne santé (2018), qui souligne sa capacité à « stimuler bénéfiquement les neurones »,
- réduit l'anxiété, améliore le sommeil et l'estime de soi et les relations sociales (Kuru & Kuru, 2017 ; Dolgoff-Kaspar et al., 2012).

Motivations d'inscription à l'atelier (« vous vous êtes inscrit.e à cet atelier ... »)



# 3

## Zoom sur YDR

**93%**

des participants déclarent connaître les conséquences positives ou négatives du rire sur leur santé

**91%**

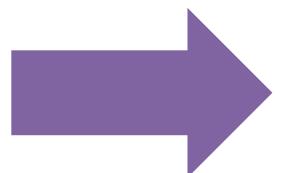
des participants ont ressenti un impact positif sur leur santé ou leur bien-être

### Apports de l'atelier Yoga du Rire

	Oui tout à fait	Oui plutôt	Non, pas vraiment	Non, pas du tout
<b>À l'issue de l'atelier, les participants ...</b>				
Connaissent les conséquences positives ou négatives du rire sur leur santé	42 %	51 %	5 %	3 %
Comptent revoir les personnes rencontrées lors de l'atelier <sup>1</sup>	32 %	44 %	12 %	1 %
Envisagent de mettre en pratique les techniques du rire pour se détendre <sup>2</sup>	38 %	51 %	8 %	0 %
<b>6 mois après la fin de l'atelier, les participants ...</b>				
Ont mis en application les conseils et exercices présentés	27 %	54 %	17 %	2 %
Ont ressenti des impacts positifs sur votre santé ou leur bien être	32 %	59 %	9 %	0 %
Ont revu les personnes rencontrées lors de l'atelier	13 %	45 %	42 %	0 %
Ont mis en pratique les techniques du rire pour stimuler leurs émotions	13 %	45 %	35 %	4 %
Ont utilisé les techniques vues en séances pour prendre du recul	20 %	54 %	22 %	4 %

<sup>1</sup> 12 % des participants ne se prononcent pas pour cette question

<sup>2</sup> 3 % des participants ne se prononcent pas pour cette question



6 mois après l'atelier **81%** déclarent avoir appliqué les conseils donnés en séances et **58%** se sont revus après l'atelier.



Cap Seniors Aquitaine

Tél : 05 5 7 29 29 25

13 rue Ferrère, 33 000 Bordeaux