

En partenariat avec :



CONGRÈS 2021

DE LA SOCIÉTÉ FRANÇAISE DE SANTÉ PUBLIQUE

CONGRÈS SFSP • POITIERS • 13 - 15 OCTOBRE



« Esport-Santé pour les aînés : l'expérience Silver Geek »
SP12 – ACTIVITÉ PHYSIQUE SANTÉ : PARCOURS DE SANTÉ / 14 oct 2021



SilverGEEK



Silver Geek connecte les générations



Des ateliers numériques ludiques animés par des jeunes volontaires dans des structures seniors (EHPAD, RA, CSC, MDQ, Clubs seniors...)



SilverGEEK



Des compétitions Esport – Les Trophées des séniors Silver Geek

#GA2021

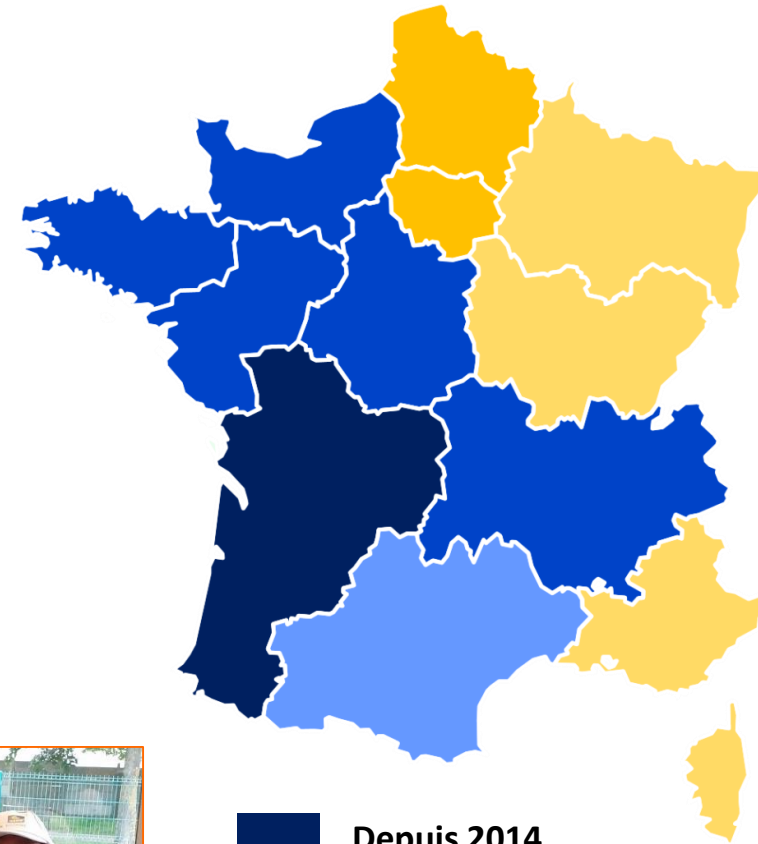
GRAND POITIERS
Communauté urbaine
grandpoitiers.fr

EN DIRECT



La dynamique d'essaimage national de Silver Geek

- **Les chiffres clés de la saison 2020/2021 :**
 - ▶ **21 départements** répartis dans **9 régions**
 - ▶ **+ de 1200 ateliers** animés dans **100 structures seniors**
 - ▶ **+ de 270 volontaires** mobilisés
 - ▶ **+ de 7600 participations** de seniors
 - ▶ **19 Challenges départementaux** réunissant **+ de 120 seniors** et **3 Finales régionales** en ligne sur Twitch



- Depuis 2014
- Depuis 2018
- Depuis 2019
- Depuis 2020
- Pour essaimage à partir de 2021-2022

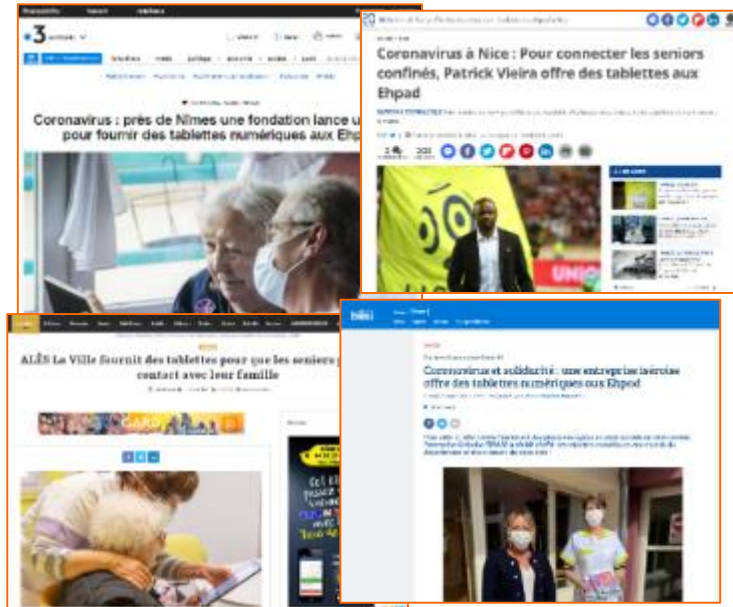


Silver Geek, une réponse d'actualité et une solution d'avenir (1/2)

- Depuis 7 ans, une triple réponse aux enjeux sociétaux mis en lumière par la crise sanitaire :

1

Le Numérique : un ensemble d'outils pour répondre aux problématiques d'isolement des personnes âgées



2

L'Esport-santé : une remise en activité par le jeu indispensable pour combattre les effets de la sédentarité



3

Le Service Civique : une solution pour développer la solidarité inter-générationnelle et créer des vocations



Silver Geek, une réponse d'actualité et une solution d'avenir (2/2)

■ Synthèse des principaux impacts sociaux et sociétaux évalués chaque année depuis 2014 :



Principaux impacts sur les seniors participants :

- ▶ Prévention de la perte d'autonomie
- ▶ Bien-être, plaisir et dynamisme
- ▶ Création ou renforcement du lien social et intergénérationnel
- ▶ Intérêt et appétence pour les outils numériques et les jeux-vidéo



Principaux impacts sur les jeunes volontaires :

- ▶ Changement de regard sur l'univers des personnes âgées
- ▶ Création de liens sociaux
- ▶ Acquisition de compétences
- ▶ Evolution du projet professionnel



Principaux impacts sur les structures partenaires

- ▶ Amélioration de l'ambiance
- ▶ Valorisation des équipes salariées
- ▶ Meilleur usage du numérique dans l'accompagnement des seniors
- ▶ Liens renforcés avec de nouveaux acteurs du territoire

- Cliquez [ici](#) pour accéder au Rapport d'évaluation de l'utilité sociétale de Silver Geek réalisé en 2015 -

Présentation de ReSanté-Vous (1/2)



NOTRE VISION

Agir pour que chaque personne âgée puisse **se sentir autonome, s'épanouir et s'engager dans des activités porteuses de sens**, quel que soit son état de santé.

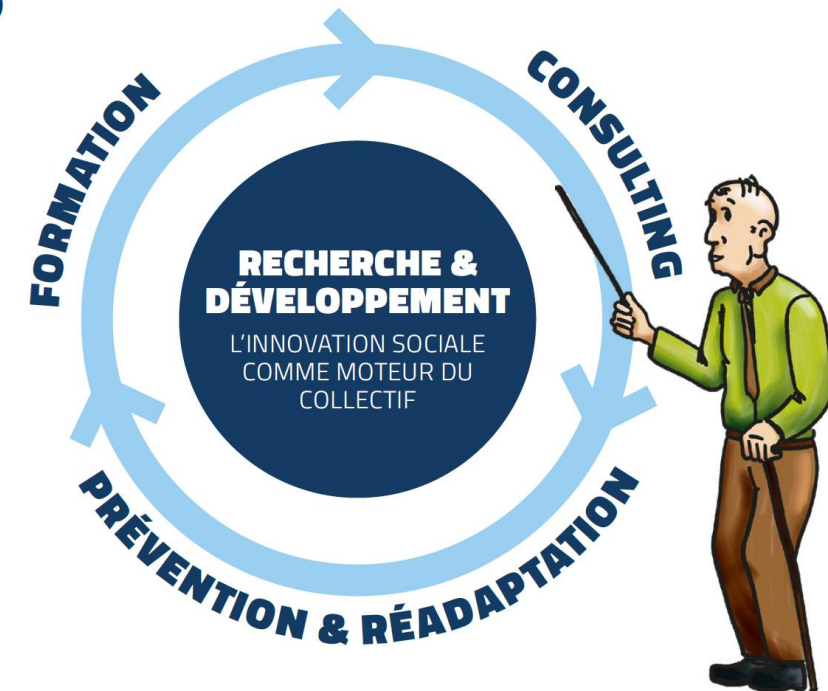


LA MÉTHODE RESANTÉ-VOUS

Notre méthodologie se base sur la synergie de 3 principes fondamentaux :

- **L'estime et l'épanouissement** comme facteurs clés de santé,
- **La transdisciplinarité** pour répondre à la complexité,
- **Une approche systémique** par le consulting, la formation et l'activité de prévention et de réadaptation.

Ce triptyque s'appuie sur une dynamique d'innovation sociale impulsée par l'équipe de **Recherche & Développement**.



Présentation de ReSanté-Vous (2/2)

➔ L'ÉQUIPE RESANTÉ-VOUS

Présente dans 8 départements,
l'équipe se compose de

- **1 co-direction,**
- **3 consultants-chercheurs** en sciences humaines et sociales,
- **3 formateurs,**
- **35 rééducateurs et psychologues,**
- **1 conseil éthique et scientifique** présidé par Michel BILLÉ, sociologue



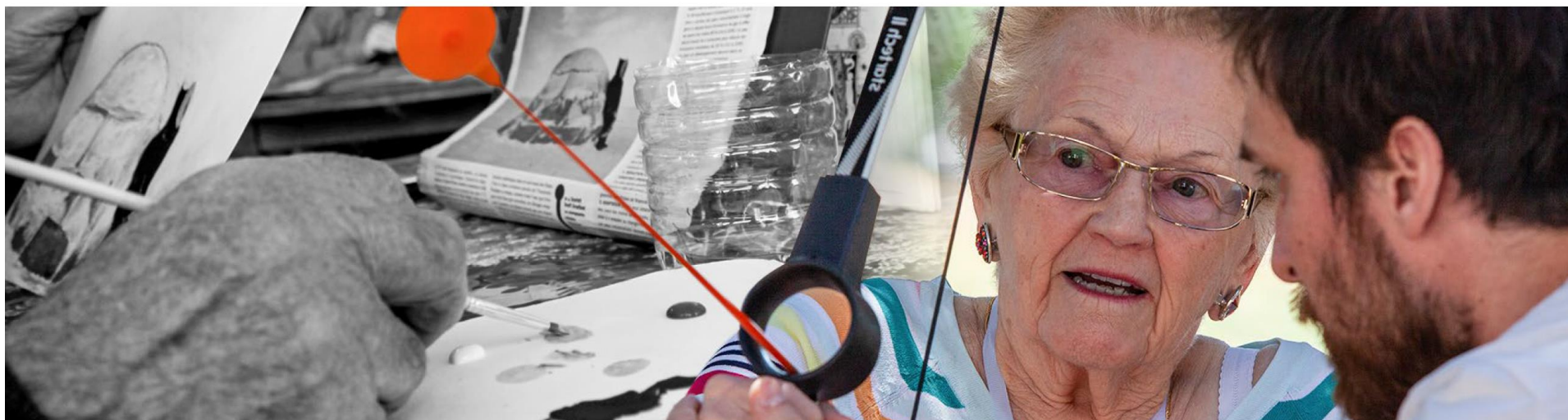
3400

**PERSONNES ÂGÉES
ACCOMPAGNÉES/AN**



330

**STRUCTURES CLIENTES
(EHPAD, SAAD, SSIAD)**





Silver GEEK



Zoom sur l'expérimentation Esport-Santé

Projet développé en partenariat avec : Et réalisé grâce à la contribution financière de :



Zoom sur l'expérimentation Esport-Santé (1/3)

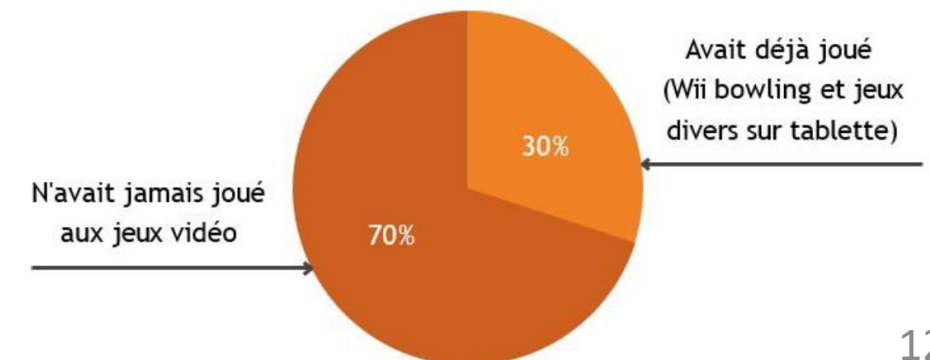
■ L'expérimentation « Esport-Santé » en synthèse :

- ▶ **Objectif** : prototyper de nouveaux ateliers mêlant activité physique adaptée (APA) et jeu vidéo, à partir d'une solution « grand public ».
- ▶ **Moyens** : une équipe de 3 jeunes volontaires accompagnée par des professionnels APA, psychomotriciennes, ergothérapeutes et des chercheuses de ReSanté-Vous.
- ▶ **Périmètre** :
 - 14 semaines d'intervention hebdomadaire / Durée = 2h30
 - 6 établissements (1 EHPAD et 5 résidences autonomes)
 - 37 participants / 79 ans en moyenne (de 58 à 93 ans)
 - Des situations de handicap chez une partie des participant-e-s :
 - ➔ 1 personne présentant des déficits visuels importants
 - ➔ 1 personne en fauteuil roulant ne pouvant se mettre debout
 - ➔ Surdité légère à modérée (3/4 des participant-e-s)
 - ➔ Troubles cognitifs légers à modérés (5 personnes en Accueil de jour)

JUST DANCE



Expérience avec les jeux vidéo





Zoom sur l'expérimentation Esport-Santé (2/3)

■ Bilan synthétique :

EVALUATION TEST-RETEST

PARTICIPANTS: MOBILITÉ

- Time-Up-and-Go & SPPB (pré-test / post-test)
Autonome avec aide partielle et capacité musculaire moyenne
Performance intermédiaire **mais augmentation du score !**
(TUG : de 15,25 secondes à 16,28 secondes / SPPB : de 7,24/12 à 7,42/12)
- Questionnaire IPAQ (pré-test / post-test)
Niveau d'activité physique modéré **mais augmentation du score !**
(de 1406 METs-minutes/semaine à 1545 METs-minutes/semaine)

Sur 14 semaines :

- Amélioration des capacités
- Augmentation de l'activité physique !

PARTICIPANTS : SATISFACTION & MOTIVATION

Appréciation globale de l'activité :

- 86,7% disent avoir aimé voire adorer l'activité (47,8%)
- 1,1% n'ont pas trop aimé, aucun a détesté

Intérêt pour la danse

- De 56,6% à 66,7%
 - De 43,3% à 55,6% (adore ça)

Intérêt pour les jeux vidéos

- De 43,3% à 66,6%
 - De 20% à 33,3% (adore ça)



Zoom sur l'expérimentation Esport-Santé (3/3)

■ Bilan synthétique (suite) :

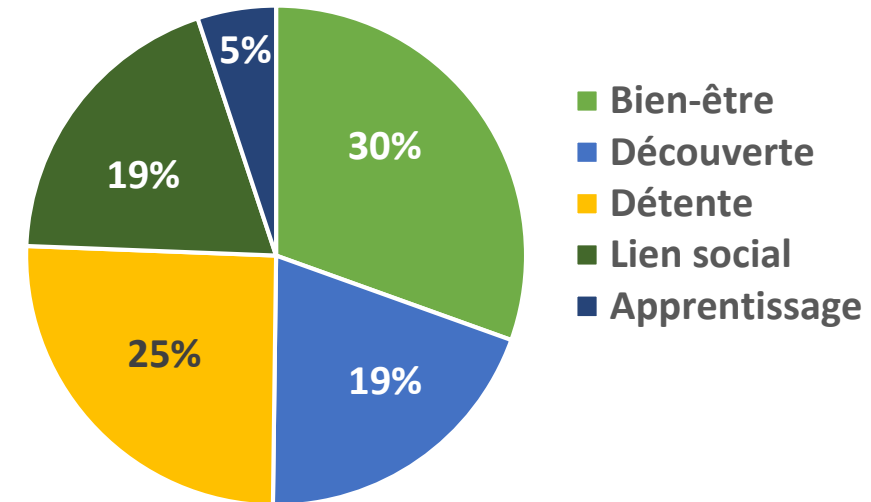
► Premiers enseignements :

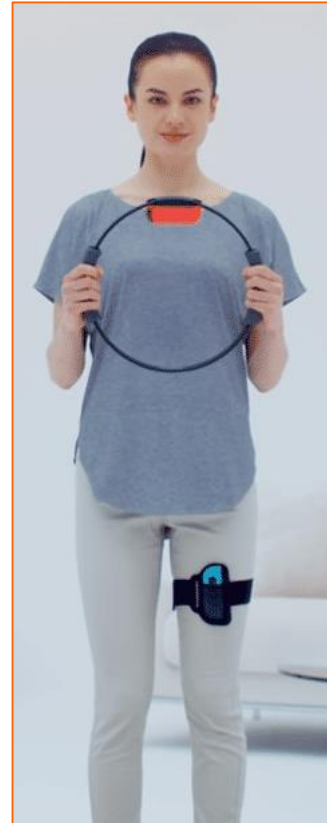
- Un outil inclusif et adaptatif favorisant : le lien social et intergénérationnel, l'activité physique, le bien-être et la santé.
- Des participant-e-s et des structures seniors satisfaites et demandeuses d'une poursuite des activités.
- Une envie/volonté d'aller plus loin partagée par tous les partenaires.

► Perspectives :

- La dimension compétitive resterait à expérimenter dans une V2.
- La possibilité d'élargir le périmètre de cette V2 à travers le réseau national des opérateurs Silver Geek, très intéressé/demandeur.
- L'intégration d'autres exergames dans la V2 (ex: Ringfit Adventure), dans la continuité de travaux menés par d'autres partenaires.
- Un préalable possible à des projets de Recherche Scientifique pour qualifier plus finement les impacts de ces activités sur les seniors.

Autres intérêts exprimés par les seniors participants





Merci pour votre attention

- Contact Association Silver Geek -

Vincent Blanchard

Secrétaire général

vincent.blanchard@silver-geek.org / 06 80 60 31 85



SilverGEEK

www.silver-geek.org



- Contact ReSanté-Vous -

Nicolas Roumagne

Directeur & Co-fondateur

nicolas.roumagne@resantevous.fr / 06 21 20 19 39

