Rapport d'évaluation 2022

POUR BIEN VIEILLIR BRETAGNE

Ensemble, les caisses de retraite s'engagent

Sommaire

1 Pour mesurer l'impact des ateliers de prévention.

2 Pour faire évoluer l'offre de service.

3 Pour promouvoir l'offre le plus largement possible.

POUR BIEN VIEILLIR BRETAGNE

Les caisses de retraite s'engagent

1

Pour mesurer l'impact des ateliers de prévention.

POUR BIEN VIEILLIR BRETAGNE, L'ASSOCIATION

Qui sommes-nous ?

Née en 2014 sous l'impulsion des caisses de retraite bretonnes (Carsat Bretagne, MSA, RSI), Pour bien vieillir Bretagne tient un rôle pivot et fédérateur pour favoriser l'accès à la prévention santé. Sa vocation : déployer une offre de prévention accessible, gratuite et la plus complète possible à tous les Bretons et Bretonnes de plus de 60 ans, quelque soit leur régime de retraite.

L'association inter-régimes Pour bien vieillir Bretagne est composée de la Carsat Bretagne, la MSA Portes de Bretagne, la MSA d'Armorique, l'Agirc-Arrco et de partenaires associés : l'Ircantec, la CNRACL, la Camieg et l'Enim.

Quels sont nos objectifs ?

- Permettre à tous les retraités de maintenir leur qualité de vie, d'adopter les bon réflexes santé et de préserver leur autonomie et leur vie sociale en participant à des actions de prévention collectives telles que des ateliers en présentiel ou en ligne, des conférences, des forums, etc.

- Mailler l'ensemble des quatre départements bretons en ciblant des zones prioritaires d'intervention. Etudier les besoins des territoires pour répartir l'offre d'ateliers en cohérence dans une volonté d'accès à la prévention pour tous et toutes.

- Faire évoluer l'offre de services de Pour bien vieillir Bretagne pour s'adapter aux nouveaux besoins et usages des personnes de plus de 60 ans, pour une meilleure appropriation des messages en prévention.

- Développer des partenariats avec les structures locales proposant des activités pérennes afin d'inciter les retraités à poursuivre leur démarches en y participant.

- Faire vivre la démarche qualité en évaluant l'impact des ateliers de prévention sur le comportement des bénéficiaires. Connaître les publics et comprendre les leviers d'appropriation permettent d'agir sur le contenu des ateliers en apportant toutes les mesures correctives nécessaires.
  En 2 mots : amélioration continue !

POUR BIEN VIEILLIR BRETAGNE, L'ASSOCIATION

Les 5 clés de réussite des ateliers

Une bonne coopération entre Pour bien vieillir Bretagne et les opérateurs intervenants.

Une bonne coordination avec les partenaires du terrain en les impliquant en aval comme en amont.

Des appels à projets annuels pour sélectionner des intervenants qualifiés et compétents dans l'animation.

Une ingénierie sociale priorisant les attentes du public et l'innovation.

Une complémentarité entre les thèmes d'ateliers pour former des parcours pertinents.

Quelle est notre organisation ?

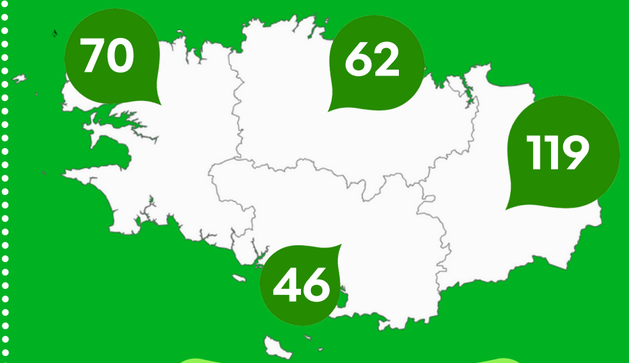
- Un conseil d'administration en lien avec un comité des directeurs des caisses de retraite définit la politique de prévention de la perte d'autonomie mise en oeuvre par Pour bien vieillir Bretagne.
- Une équipe opérationnelle composée de référents départementaux met en oeuvre le programme de prévention au plus près des retraités, en lien avec les Espaces autonomie santé (EAS) et les Centres locaux d'information et de coordination (CLIC), les Centres intercommunaux d’action sociale (CIAS), les Centres communaux d’action sociale (CCAS), les Centres sociaux et les espaces France Services.
- Un réseau de partenaires opérateurs certifiés par Pour bien vieillir Bretagne animant un ou plusieurs types d'ateliers de prévention.
- Un partenariat avec les quatre Conseils départementaux bretons et l'Agence régionale de santé au sein des Conférences des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie pour lancer et financer les appels à projets annuels.

NOS CHIFFRES CLÉS EN 2022

Les ateliers

297

ateliers de prévention déployés en Bretagne



sur 314 communes

10 thèmes d'ateliers différents

Équilibre	65 ateliers organisés	Mémoire	55 ateliers
Sommeil	39	Nutrition	30
Numérique	27	Activité physique	24
Bienvenue à la retraite	23	Bien vivre sa retraite	15
Habitat	12	Aidants	7

NOS CHIFFRES CLÉS EN 2022

Les ateliers

Le budget
640 000€

En 2022, 22 partenaires opérateurs
ont animé les ateliers Pour bien vieillir Bretagne.

Actimut · Activ Sport · Asept Bretagne · Brain Up · Clarpa 56 · Défi Santé Nutrition · Electroni'K · EPVG · Familles Rurales · Fédération des Centres Sociaux · France AVC · IFPEK · ILDYS · Kiné Ouest Prévention · Les Mulots · Maison de la Nutrition et du Diabète · OPAR · ORB · Saparman · Siel Bleu · Soliha · Sport pour Tous

TOP 3 des thèmes les plus populaires

	2 Mémoire	1 Équilibre	3 Sommeil
Nombre de participants	680	829	396
	20%	25%	12%

MÉTHODOLOGIE DE NOTRE DÉMARCHE D'ÉVALUATION

Méthodologie

Notre évaluation d'impact est réalisée selon la démarche suivante :

- Des questionnaires nationaux construits par une experte en santé et par 12 experts sur les thématiques de prévention, testés par des seniors puis validés par les caisses de retraite, la CNSA et des structures organisatrices d'ateliers.
- Un questionnaire est diffusé aux participants lors de la première séance (T0) et de la dernière séance (T1) des ateliers.
- Des entretiens téléphoniques sont réalisés quelques mois après (T2), par un prestataire externe sur les thématiques dominantes équilibre et nutrition auprès d'un échantillon représentatif. 540 participants ont été interrogés au niveau national.
- Les données sont saisies dans un outil d'analyse par les opérateurs et les résultats sont automatiquement compilés dans un tableau de bord.

Limites de la démarche

- Comme toute démarche d'évaluation, la mesure d'impact est imparfaite. 1 325 seniors ont été sollicités pour répondre aux questionnaires sur 3 845 participants aux ateliers de prévention en 2022. Ce panel représente 35% des bénéficiaires.
- Certains questionnaires comportent des "non-réponses", dans ces cas précis, les résultats sont calculés selon le nombre de répondants à la question concernée.
- En 2022, trois thématiques n'ont pas bénéficié d'une démarche d'évaluation : les ateliers numérique, aide aux aidants, et bienvenue à la retraite. Cette dernière n'a pas encore été évaluée en raison de la mise en place d'une refonte des contenus et du cadre d'animation.
- Les entretiens téléphoniques réalisés quelques mois après la participation des retraités concernent 2 thématiques et les résultats sont à l'échelle nationale et non régionale.

7

thématiques évaluées

1 325

répondants retraités

2 à 3

questionnaires par thématique

QUI SONT LES PARTICIPANTS ?

Le profil des participants

3 326 participants

86% femmes

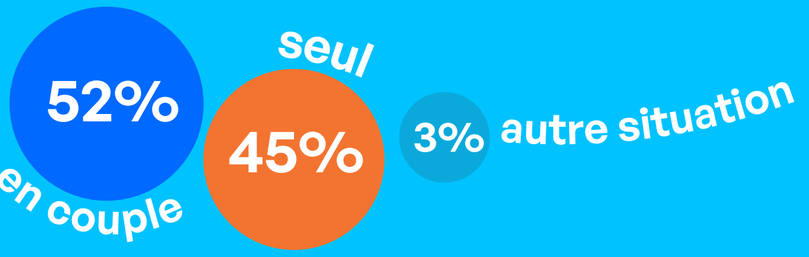
14% hommes

Âge moyen* 73 ans

60% ont moins de 75 ans

Leur ancienne activité professionnelle

Ils habitent



Hors participants aux ateliers Bienvenue à la retraite.

QUI SONT LES PARTICIPANTS ?

Que pensent-ils des ateliers ?

71%

des participants souhaitent rencontrer des nouvelles personnes durant l'atelier.

77%

souhaitent revoir les personnes rencontrées durant l'atelier.

81%

des participants jugent l'animation d'excellente qualité.

Une motivation élevée de passage à l'action

8,3/10

Sur une échelle de 1 à 10,
leur motivation après les ateliers pour appliquer les conseils en prévention et pour adopter des comportements favorables à leur santé.

Sur un échantillon de 1 325 participants retraités aux ateliers Pour bien vieillir Bretagne en 2022. Via une enquête auto-administrée sur papier.

LES ATELIERS NUTRITION

Manger équilibré tout en continuant à se faire plaisir ?
C'est le thème des ateliers nutrition proposés aux seniors.
Au menu : des conseils, dégustations et séances de cuisine pour

- Adopter les bonnes habitudes alimentaires en alliant santé, forme et plaisir
- S'informer sur le contenu de leurs assiettes et obtenir des clés pour déchiffrer les étiquettes des aliments
- Mettre en pratique, en groupe, les conseils et astuces avec de nouvelles recettes.

Qui sont les participants aux 30 ateliers Nutrition en 2022 ?

309 participants

90% femmes

10% hommes

Âge moyen **71** ans

Des conseils nutrition adaptés et appréciés.

98% des participants estiment que les contenus des séances étaient très adaptés ou adaptés à leurs besoins.

LES ATELIERS NUTRITION

Quel impact chez les participants ?

une évolution positive des comportements alimentaires et l'adoption de routines pour limiter la sédentarité.

281 répondants

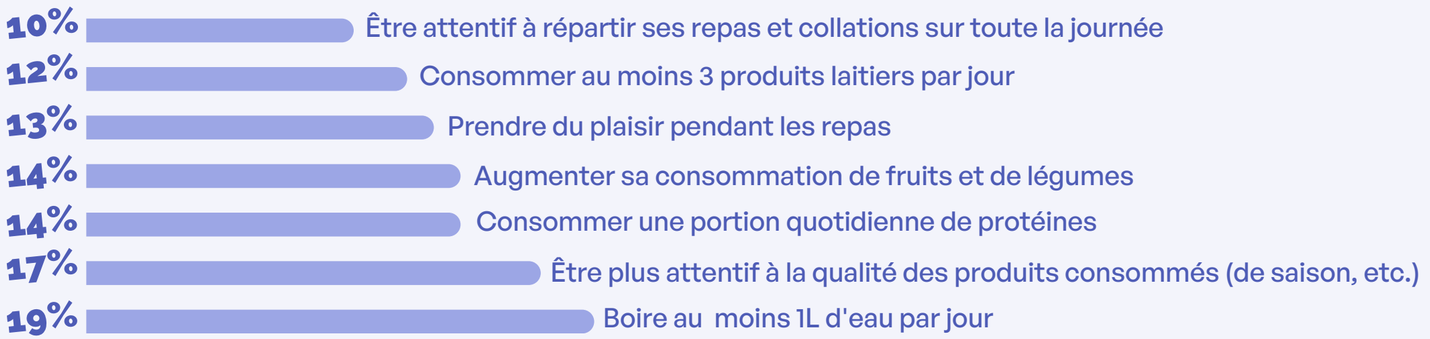
À l'issue de l'atelier

Nutrition et activité physique, considérés comme des alliés pour la santé.

50% des participants prévoient de pratiquer une activité physique au moins 30 min par jour,

et **44%** des participants déclarent déjà le faire.

99% prévoient d'agir sur l'un de ces aspects de leur alimentation :

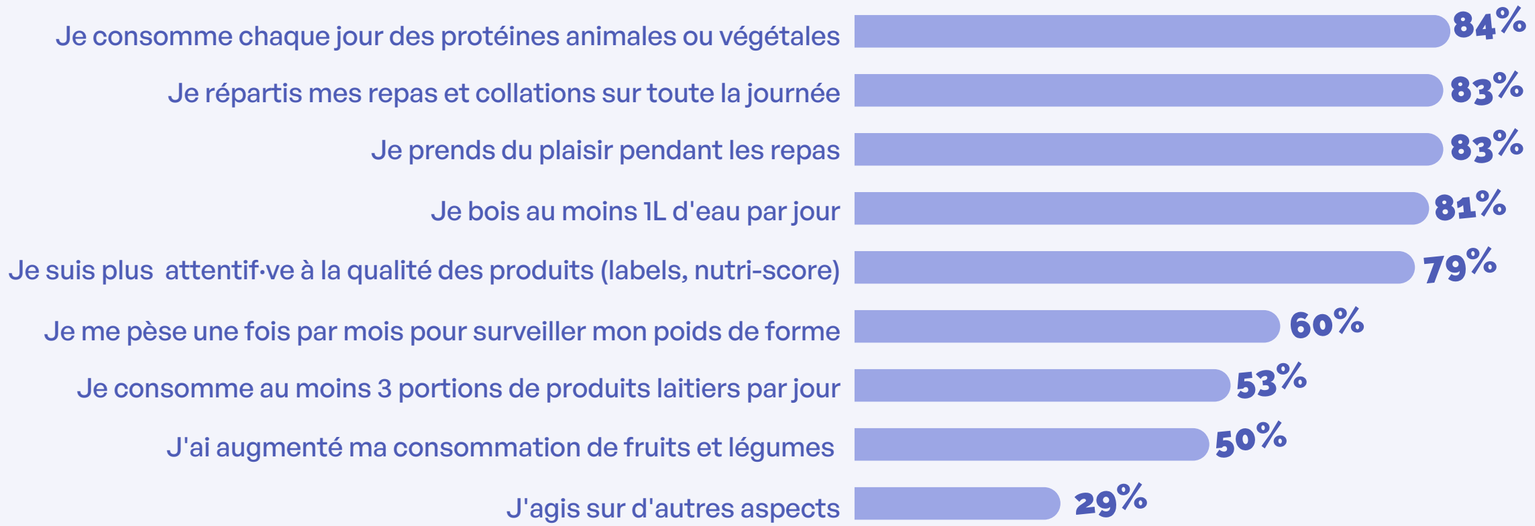


LES ATELIERS NUTRITION

3 mois après l'atelier

94% des participants déclarent appliquer les conseils reçus lors de l'atelier.

Des bénéfices nombreux : 6 conseils appliqués en moyenne*.



Plusieurs réponses possibles

Une motivation qui ne s'érode pas et qui s'inscrit dans une amélioration progressive et durable des bonnes pratiques alimentaires.

Résultats d'une enquête téléphonique menée par un prestataire externe du 12/09 au 3/10/2022 auprès d'un échantillon représentatif de 235 participants aux ateliers nutrition et habitant en France métropolitaine.

LES ATELIERS MÉMOIRE

Les ateliers Mémoire proposent des exercices et techniques pour exercer sa mémoire au quotidien.

En petit groupe, les retraités bénéficient de conseils d'un professionnel pour :

- Faire le point sur le fonctionnement de la mémoire
- Apprendre des méthodes pour la stimuler et l'entretenir
- Mettre en place les techniques au quotidien pour renforcer et préserver sa santé cognitive.

Qui sont les participants aux 39 ateliers Mémoire en 2022 ?

680 participants

84% femmes

16% hommes

Âge moyen 72 ans

Des participants réassurés et motivés à prendre soin de leur mémoire.

78% disent avoir découvert ou redécouvert en eux des capacités cognitives pendant l'atelier.

94% envisagent de continuer à faire des exercices de mémorisation pour stimuler leur mémoire.

480 répondants

LES ATELIERS MÉMOIRE

Quel impact chez les participants ?

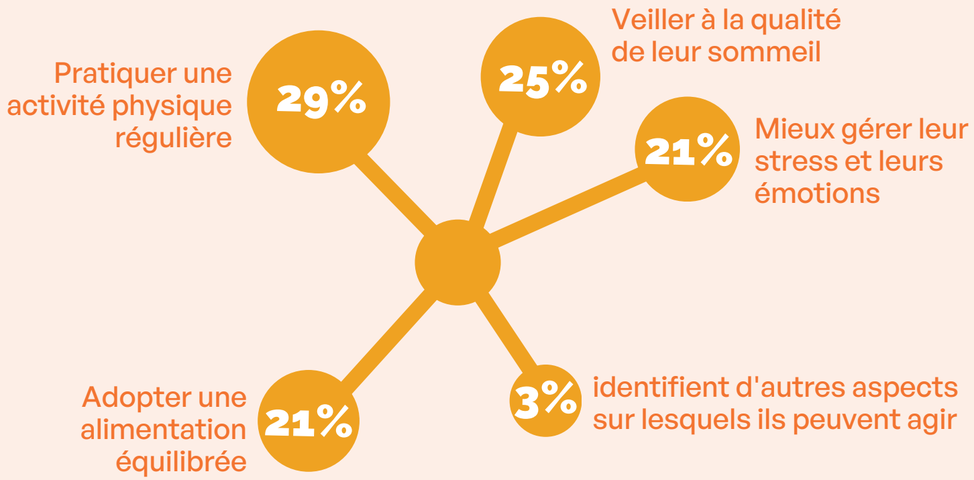
une meilleure confiance en ses capacités cérébrales et une motivation à tonifier et stimuler sa mémoire.

480 répondants

À l'issue de l'atelier

83% **des participants déclarent se sentir plus à même de gérer les petits trous de mémoire de la vie courante.**

99% **des participants pensent mener des actions complémentaires pour entretenir leur cerveau. Lesquelles ?**



LES ATELIERS ÉQUILIBRE

Ces ateliers s'adressent aux personnes présentant des risques de chutes.
Les séances en petit groupe permettent aux participants de :

- Faciliter les mouvements au quotidien (se relever du sol, passer au sol, monter les escaliers, etc.)
- Adopter les bons gestes et postures pour garder l'équilibre
- Garder la forme en pratiquant progressivement une activité physique régulière

Qui sont les participants aux 65 ateliers Équilibre en 2022 ?

829 participants

85% femmes

15% hommes

Une moyenne d'âge plus élevée, identique aux ateliers Habitat.

Âge moyen **76** ans

LES ATELIERS ÉQUILIBRE

Quel impact chez les participants ?

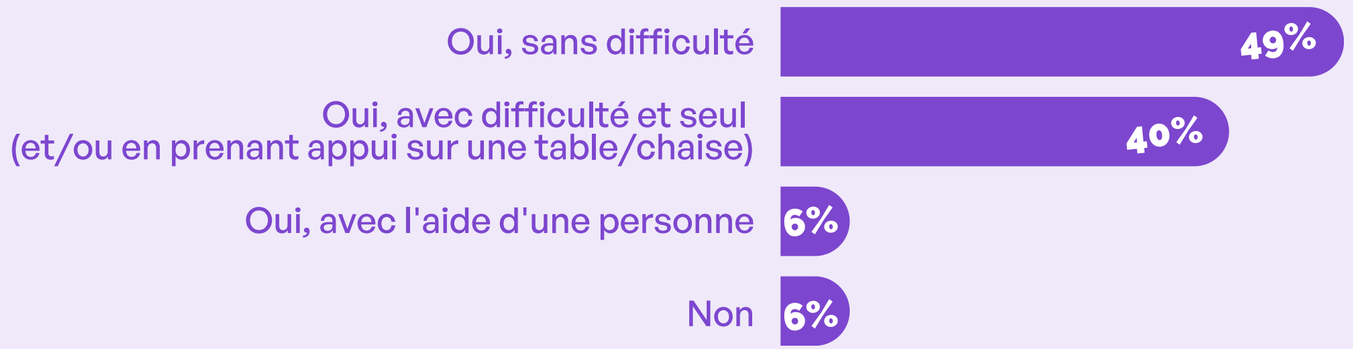
une perception d'être plus à l'aise dans ses gestes et déplacements, un renforcement de l'équilibre avec de meilleurs réflexes.

496 répondants

À l'issue de l'atelier

89% **des participants déclarent se sentir plus confiants dans leurs gestes et leurs déplacements quotidiens.**

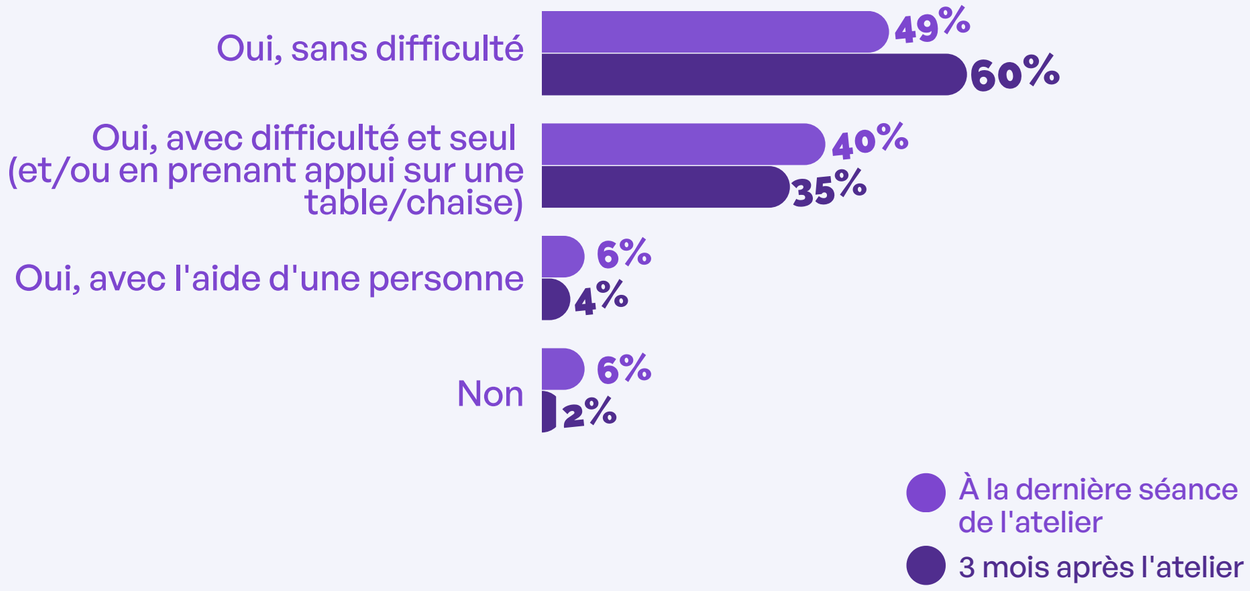
Les participants se sentent-ils capables de se relever du sol à la fin de l'atelier ?



LES ATELIERS ÉQUILIBRE

3 mois après l'atelier

Se relever seul sans difficulté : un gain de 11 points plusieurs mois après l'atelier.



une assurance dans les gestes qui ne s'est pas érodée avec le temps et surtout des difficultés pour se relever qui s'amoindrissent.

Résultats d'une enquête téléphonique menée par un prestataire externe du 12/09 au 3/10/2022 auprès d'un échantillon représentatif de 305 participants aux ateliers équilibre et habitant en France métropolitaine.

LES ATELIERS ÉQUILIBRE

3 mois après l'atelier

Des conseils largement adoptés : 90% des participants déclarent les avoir mis en application. Lesquels* ?

	Moyenne tous âges confondus	Moins de 75 ans	Plus de 75 ans
Pratiquer une activité physique au moins 30 min/jour	61%	70%	53%
M'entraîner à refaire des exercices adaptés régulièrement	57%	65%	50%
Mettre en place des moyens de prévenir une/des personnes en cas de chute	44%	40%	49%
Aménager mon domicile pour éviter les chutes	30%	25%	34%
D'autres aspects	17%	19%	16%
Pas de conseil mis en application	10%	5%	14%

**Plusieurs réponses possibles - 305 répondants*

LES ATELIERS ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE

Les ateliers Activité physique adaptée permettent aux retraités d'entretenir leur condition physique, leur souplesse et leurs capacités respiratoires.

Un programme pour faire le plein de vitalité en 12 semaines, à raison d'une heure par séance, où se mêlent exercices ludiques et conseils pour se motiver à pratiquer une activité physique régulière.

Qui sont les participants aux 24 ateliers Activité physique adaptée en 2022 ?

292 participants

87% femmes

13% hommes

Âge moyen **74** ans

Une reconnaissance de la qualité de l'offre.

96% des participants recommanderaient les ateliers APA à leur entourage.

86% jugent l'animation d'excellente qualité.

LES ATELIERS ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE

Quel impact chez les participants ?

une amélioration perçue de la condition physique et une envie de pratiquer durablement une activité physique.

286 répondants

À l'issue de l'atelier

87% des participants déclarent se sentir plus à l'aise dans leurs gestes, déplacements et activités quotidiennes.

90% déclarent avoir amélioré l'une ou plusieurs de ces capacités physiques :

- leur niveau de force
- leur endurance
- leur souffle
- leur souplesse
- leur équilibre

96% envisagent de poursuivre une activité physique régulière (2 à 3 fois par semaine pendant 1h) :

- **40%** Oui, en groupe
- **27%** Oui, en continuant à faire les exercices vus en atelier
- **24%** Oui, en autonomie
- **5%** Oui, avec un accompagnement individuel

LES ATELIERS BIEN VIVRE SA RETRAITE

Les ateliers Bien vivre sa retraite donnent les clés aux retraités pour développer les bons comportements en santé et acquérir les bons réflexes au quotidien.

Les séances se centrent sur une approche globale sur toutes les thématiques ayant une influence sur la santé : la forme, le bien-être, l'activité physique, l'habitat, l'alimentation, l'estime de soi.
Ils permettent aux participants :

- D'identifier les comportements et habitudes favorables pour la santé
- De connaître les astuces pour améliorer sa qualité de vie
- D'adopter les bons gestes pour être bien dans son corps et dans sa tête.

96%

des participants recommanderaient certainement ou probablement les ateliers Bien vivre sa retraite à leur entourage.

Qui sont les participants aux 15 ateliers Bien vivre sa retraite en 2022 ?

146 participants

88% femmes

12% hommes

Âge moyen 72 ans

53% vivent seuls

LES ATELIERS BIEN VIVRE SA RETRAITE

Quel impact chez les participants ?

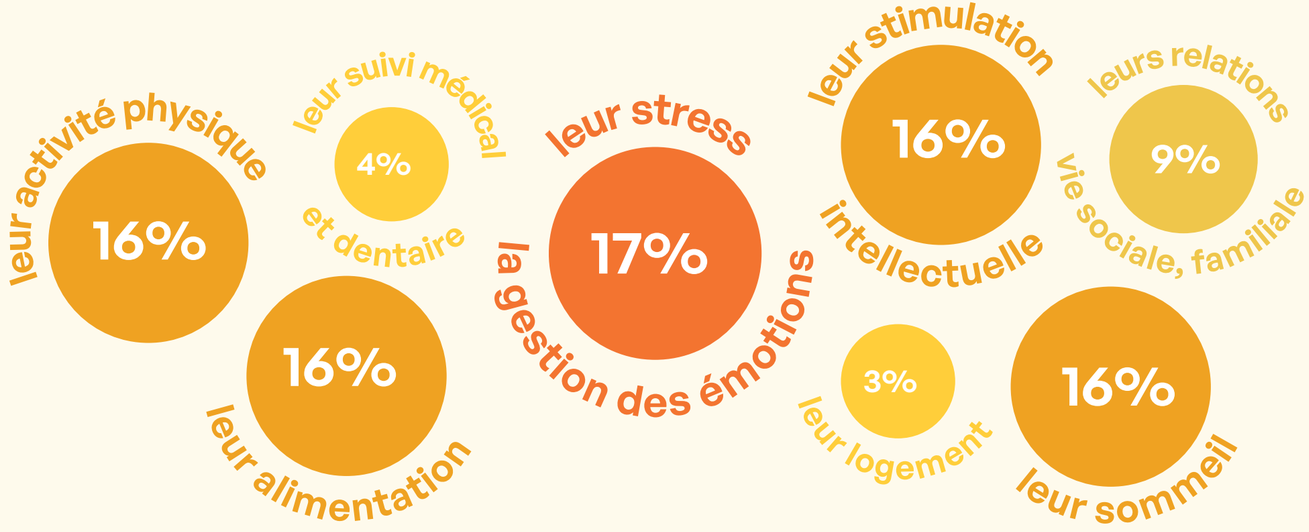
une meilleure connaissance des mécanismes qui influencent la santé pour faciliter le passage de l'intention vers l'adoption des bons comportements en santé.

71 répondants

À l'issue de l'atelier

88% des participants déclarent avoir identifié les adaptations à mettre en place dans leurs habitudes santé.

Quels sont les aspects du quotidien sur lesquels les participants pensent agir après l'atelier ?



LES ATELIERS HABITAT

Les ateliers Habitat donnent les astuces et conseils pour rendre son logement plus sûr et confortable au quotidien.

Les séances permettent :

- D'acquérir des connaissance pour aménager et adapter son logement selon ses besoins
- De s'informer sur les moyens qui rendent son logement plus confortable et pratique en respectant son budget
- De connaître les dispositifs d'aides existants pour mener ses projets d'aménagement ou de travaux

84%

des participants recommanderaient certainement ou probablement les ateliers Habitat à leurs amis / proches.

Qui sont les participants aux 12 ateliers Habitat en 2022 ?

143 participants

96% femmes

4% hommes

Une moyenne d'âge plus élevée.

Âge moyen **76** ans

LES ATELIERS HABITAT

Quel impact chez les participants ?

une appropriation des conseils et des dispositifs pour se projeter dans l'aménagement de son logement.

38 répondants

À l'issue de l'atelier

87% des participants déclarent que l'atelier leur a permis de faire le point sur les aménagements dans leur logement.

91% des participants estiment mieux appréhender les gestes et postures utiles au quotidien dans leur logement.

96% déclarent que les mises en situations et le test de petits matériels et accessoires (aides techniques) leur ont donné des idées pour faciliter leur confort et leur sécurité.

LES ATELIERS SOMMEIL

Les ateliers Sommeil, ce sont 6 à 8 séances en petit groupe animées par un professionnel qui délivre des exercices et conseils pour :

- Comprendre les mécanismes du sommeil
- Identifier les éventuels troubles et perturbations du sommeil
- Savoir organiser sa journée et son repos en fonction de son rythme de vie

L'objectif de ce programme : retrouver un bon sommeil pour dormir sur ses deux oreilles.

Qui sont les participants aux 39 ateliers Sommeil en 2022 ?

396 participants

84% femmes

16% hommes

Âge moyen **70** ans

Des conseils adaptés et appréciés.

97%

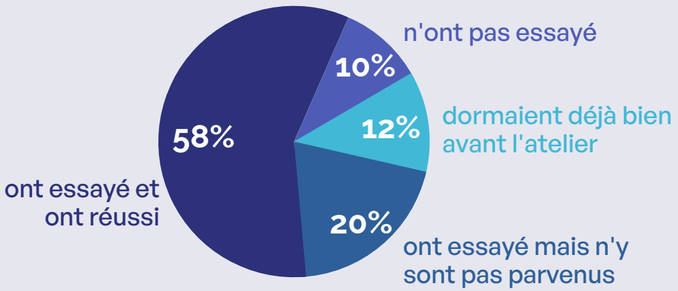
des participants trouvent que les contenus étaient très adaptés ou adaptés à leurs besoins.

Les ateliers Sommeil en vidéo.

LES ATELIERS SOMMEIL

À l'issue de l'atelier

Les participants ont-ils mis en pratique les conseils reçus pour améliorer leur sommeil* ?



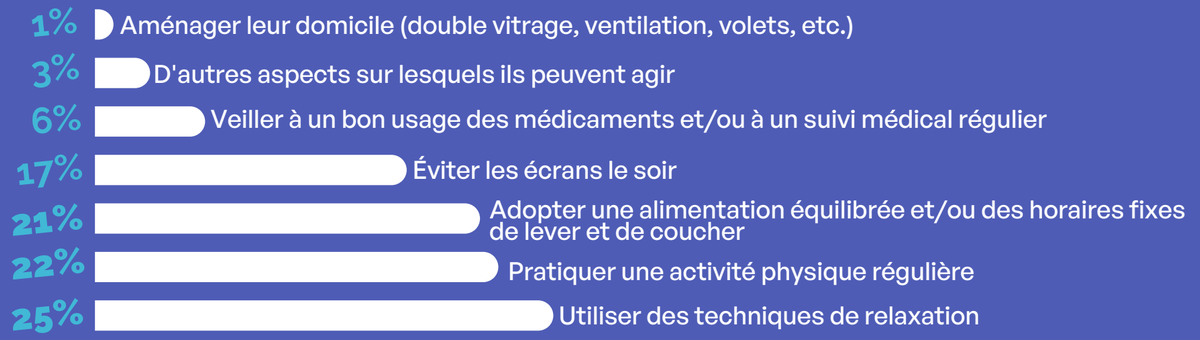
*150 répondants. Les non-réponses ont été exclues.

Quel impact chez les participants ?

une identification des facteurs perturbateurs du sommeil et l'adoption de nouvelles habitudes pour mieux dormir.

229 répondants

95% **envisagent de changer ces habitudes dans leur quotidien pour mieux dormir :**



98% **des participants déclarent mieux comprendre comment s'organisent les rythmes d'éveil/sommeil.**

89% **des participants se sentent plus à même d'identifier ce qui peut perturber leur sommeil.**

POUR BIEN VIEILLIR BRETAGNE

Les caisses de retraite s'engagent

2

Pour faire évoluer l'offre de services.

Mémoire
Bienvenue à la retraite
Nutrition

LE DESIGN THINKING AU SERVICE DU PROCESSUS D'INNOVATION EN PRÉVENTION

Co-créer pour réinventer notre offre

En 2021-2022, l'association Pour bien vieillir Bretagne a fait évoluer son offre de services en utilisant une démarche d'intelligence collective : le design thinking. Cette méthode d'innovation en 5 étapes centrée sur les seniors vise à concevoir des services innovants ou répondant mieux à leurs attentes et besoins. La démarche a été conduite par une équipe pluridisciplinaire (chargés de prévention, opérateurs animateurs d'ateliers, chargés de marketing et communication) et jalonnés par des ateliers d'idéation et entretiens qualitatifs avec des retraités. Plus de 170 personnes ont été impliquées.
L'objectif ? Construire des solutions pour rendre les ateliers Mémoire, Nutrition et Bienvenue à la retraite, plus interactifs, plus attractifs et plus en phase avec les attentes des retraités avec des méthodes pédagogiques plus modernes, participatives et dynamisées.

"Cette collaboration de professionnels, partenaires et usagers offre une vision globale en terme de solutions testées, validées ou réajustées. Son caractère collectif, associant des profils différents est son atout premier. De même, l'importance donnée au terrain et aux ressentis des retraités via les interviews, immersions et expérimentations est pour moi un gage de crédibilité et de qualité de la démarche."

Christèle Guérin,
Référente Ille-et-Vilaine Pour bien vieillir Bretagne,
Animatrice du réseau des élus MSA

En savoir plus sur la démarche

LE DESIGN THINKING AU SERVICE DU PROCESSUS D'INNOVATION EN PRÉVENTION

Une nouvelle offre pour les ateliers Bienvenue à la retraite

Après la phase de créativité menée en 2021, de nouveaux formats d'ateliers de prévention ont été expérimentés en 2022.

L'opérateur d'actions de prévention CLARPA 56 a construit, en partenariat avec Pour bien vieillir Bretagne, un nouvel atelier Bienvenue à la retraite. Il a été expérimenté auprès de jeunes retraités pour les accompagner dans cette transition majeure de la vie avec une approche pédagogique participative.

Au programme : information sur les droits sociaux, des clés pour vivre en bonne santé grâce à des sorties pédestres ou en vélo, des ateliers cuisine, des temps d'échanges pour faire émerger en eux de nouvelles envies et pour renforcer leur pouvoir d'agir.

Ce nouveau format a contribué à l'élaboration d'un nouveau référentiel national des ateliers Bienvenue à la retraite. Cette action collective réinventée sera déployée partout en Bretagne en 2023.

LE DESIGN THINKING AU SERVICE DU PROCESSUS D'INNOVATION EN PRÉVENTION

Une nouvelle conception des ateliers Nutrition

Parallèlement à l'expérimentation d'un nouveau format des ateliers Bienvenue à la retraite, les ateliers Nutrition ont été également revisités.

Un prototype d'action de prévention centrée sur la nutrition et l'activité physique adaptée a été testé par des retraités au printemps 2022 et animé par notre opérateur Défi Santé Nutrition.

Au menu des 8 séances : 3 ateliers cuisine, 2 séances d'échanges et d'informations sur les bons comportements alimentaires, 1 séance d'activité physique adaptée, une visite chez un maraîcher bio en circuit court et une séance bilan.
Entre chaque séance, des défis autour de l'alimentation étaient lancés aux participants.
Un livret de recettes confectionné par les participants a été remis en fin de cycle.

Cette expérimentation a permis d'intégrer ces bonnes pratiques et recommandations d'animations et de séances au cahier des charges des ateliers nutrition en 2023.

LE DESIGN THINKING AU SERVICE DU PROCESSUS D'INNOVATION EN PRÉVENTION

Les ateliers Mémoire se réinventent

Enfin, les ateliers Mémoire ont été la 3ème thématique revisitée dans le cadre de notre démarche d'innovation.

Mémoire et souvenirs souvenirs

Animé par nos deux opérateurs Brain Up et ASEPT Bretagne, le format testé auprès de 2 groupes de seniors associait techniques pour stimuler et entretenir sa mémoire et évocations de souvenirs. À chaque séance, les participants apportaient un objet leur évoquant un souvenir d'enfance, un événement puis partageaient au groupe leur histoire et émotions reliés à cet objet. Ce temps d'expression permet de stimuler les mémoires épisodiques et associatives. Les ateliers se sont clôturés par une séance "hors les murs" en lien avec le patrimoine et l'histoire locale. Le premier groupe, animé par l'ASEPT s'est rendu au Moulin de Mordelles pour une visite conviviale, quant au deuxième groupe, animé par Brain Up, il s'est réuni pour une promenade dans le bourg de Romagné.

Mémoire et expression théâtrale / improvisation

Cet atelier co-animé par l'ASEPT Bretagne et la Compagnie du funambule alliait exercices sur la mémoire et expression scénique. Cette nouvelle approche a permis de travailler sur la fonction visuo-spatiale, la mémoire sensorielle et gestuelle en mobilisant la parole, le corps, la diction devant un groupe, la mémoire des prénoms et la mémorisation de texte. En début de cycle, les participants exprimaient une appréhension face au théâtre, puis, au fil des séances, ils se sont complètement pris au jeu.

"J'ai été agréablement surprise. Ça a permis de créer du lien avec les autres. Dommage que ça se termine, ça va nous manquer."

Une participante

"Ludique, très intéressant, j'ai apprécié le théâtre, j'avais un peu peur au lancement du cycle mais dès la première séance je me suis sentie à l'aise grâce à l'animatrice"

Une participante

POUR BIEN VIEILLIR BRETAGNE

Les caisses de retraite s'engagent

3

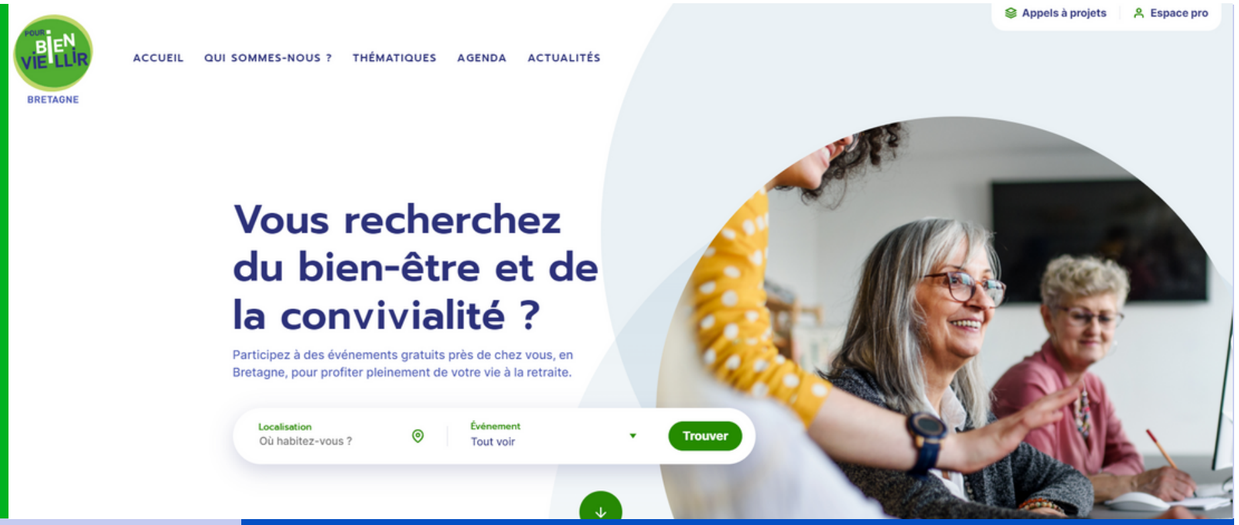
Pour promouvoir l'offre le plus largement possible.

LA COMMUNICATION

pourbienvieillirbretagne.fr

27 000* connexions sur le site **en 2022**

1 223 personnes inscrites en ligne à une action de prévention



3 370 inscrits à l'alerte agenda des événements

dont **67%**

grâce à une campagne digitale menée d'octobre à décembre

Sur Youtube, Facebook et Google

+ 2,5 millions de vues des publications sponsorisées sur Facebook

+ 400 000 vues du spot sur Youtube

** Seuls les visiteurs ayant accepté les cookies sont comptabilisés. Selon la CNIL, près de 40% des visiteurs d'un site internet refusent les cookies.*

LA COMMUNICATION

Lancement
de la page Facebook en septembre 2022

Agenda ● Quizz
Communauté
Actualités ● Conseils

Pour bien vieillir Bretagne
151 J'aime • 260 followers
Promouvoir

+ 210 000 emailings
adressés aux retraités bretons
pour promouvoir les actions de prévention et les inciter à y s'inscrire et à y participer.

Pour bien vieillir Bretagne
236 rue de Châteaugiron
35030 Rennes Cedex 09

Retrouvez-nous sur

contact@pourbienvieillirbretagne.fr
pourbienvieillirbretagne.fr
Pour bien vieillir Bretagne

POUR BIEN VIEILLIR BRETAGNE

Ensemble, les caisses de retraite s'engagent