

01 Grand Angle : le numérique chez les seniors

01

06 Infos pratiques : le numérique au service du bien vieillir

06

11 Zoom sur... : la télésurveillance

11



N°69 - AVRIL 2025



# Arc en Ciel

Lettre d'information de l'agence nationale pour la garantie des droits des mineurs



## ÉDITORIAL

Laurent Bergeot,  
directeur général  
de l'ANGDM

Il est des sujets qui reviennent régulièrement sur le devant de la scène, et le numérique en fait très certainement partie (cf, en 2021, l'édition 56 d'Arc-en-Ciel), avec notamment l'engouement récent pour l'intelligence artificielle ! Alors, non, nous n'allons pas vous annoncer la disparition du format papier ni l'impossibilité de venir nous voir en chair et en os, bien au contraire, comme vous le verrez dans un prochain numéro. Mais il serait tout aussi questionnable de ne pas profiter des avancées et facilités que pourraient procurer les évolutions récentes du numérique quant aux services que l'ANGDM vous apporte. De fait, l'un des objectifs du contrat que j'ai signé avec l'Etat prévoit que 100% de vos démarches puissent être réalisées en ligne...sans pour autant vous priver de la possibilité de les effectuer de manière plus traditionnelle. Et parfois, il est possible de mixer les différents modes de contact et d'interaction, comme en témoigne l'article sur notre partenaire France services que vous pouvez lire en tournant cette page. En définitive, nous nous adaptons à vos souhaits et facultés, bénéficiaires ou aidants, tout en vous offrant de nouvelles opportunités grâce au progrès. Comme vous, l'ANGDM vit avec son temps !

## Être ou ne pas être... internaute ?



### Seniors, osez le numérique, ce numéro spécial a été pensé pour vous aider à franchir le pas

Contrairement aux idées reçues, les personnes âgées ont recours au numérique. D'après l'enquête annuelle de l'INSEE sur les technologies de l'information et de la communication, en 2024, **86% des personnes entre 60 et 74 ans ont utilisé internet** au cours des trois derniers mois, et 48% des plus de 75 ans. **Plus d'une personne sur trois de 75 ans et plus utilise quotidiennement internet.** En outre, la part des personnes âgées qui utilisent le numérique augmente chaque année.

**Et vous, où vous situez-vous ?** Faites-vous partie de ceux qui ont complètement adopté l'outil numérique ou, à l'inverse, estimez-vous que l'internet ne vous est pas utile ?

Ou bien, malgré l'intérêt que vous percevez à cet outil, éprouvez-vous encore des réticences à vous lancer ?

**En tout cas, vous pouvez y arriver !** Si besoin, demandez de l'aide à votre entourage. Vous pouvez aussi faire appel à des conseillers numériques dans les maisons France services ou en mairies.

Il y a aussi des sites web, comme le site "Pour Bien Vieillir" (<https://www.trouver-mon-activite.pourbienvieillir.fr>) qui propose des activités ou des stages de formation près de chez vous et adaptés à vos besoins.

## France services pour des services publics proches de vous, proches de chez vous

Si vous êtes perdu dans vos démarches, il y a toujours un conseiller France services à moins de 20 minutes de chez vous.

France services, c'est un réseau de plus de 2 753 lieux d'accueil et d'accompagnement pour vous aider à réaliser les démarches administratives du quotidien.

France services propose à tous un accompagnement à l'utilisation du numérique. Un conseiller numérique y est présent pour assister les personnes qui le souhaitent dans leurs démarches et activités en ligne.

C'est un guichet unique qui rassemble douze organismes partenaires en un seul endroit et permet de réaliser de nombreuses démarches sur place. Vous y trouverez notamment des personnes :

- pour vous aider à constituer un dossier de MaPrimeRénov' ;
- pour déposer les demandes de renouvellement des cartes d'identité, passeport, permis de conduire ou carte grise ;
- pour vos remboursements de soins ;
- pour toute question portant sur votre pension de retraite ;
- pour vous aider au moment de votre déclaration d'impôts ;
- pour connaître votre éligibilité au chèque-énergie.

**Quatre démarches sur cinq sont entièrement résolues dès le premier passage en France services**

### France services d'Houdain dans le Pas-de-Calais au service des bénéficiaires de l'ANGDM.

Les bénéficiaires de l'ANGDM ont déjà expérimenté les entretiens à distance, en visio-conférence, notamment à France services d'Houdain dans le Pas-de-Calais.

Si du côté des agents, le dispositif doit encore être rodé : le retour d'expérience de Carine Kumps, animatrice départementale France services du Pas-de-Calais pointe, en effet, les difficultés de terrain.

“L'accompagnement d'un public âgé sur des rendez-vous en distanciel est compliqué en terme d'organisation.” Elle précise que “l'appréhension des usagers est telle que les conseillères sont très sollicitées au moment de la mise en connexion.”

Du côté des bénéficiaires de l'agence, le bilan est plutôt positif. Une bénéficiaire âgée de 85 ans a ainsi échangé avec un agent d'accueil de l'ANGDM, **en visio-conférence** pour le remboursement de frais d'optique, sans se déplacer à Noyelles-sous-Lens.

L'entretien s'est tenu à France services d'Houdain. Cette octogénaire avait quelques inquiétudes au départ, qui ont été vite dissipées par un personnel présent et rassurant. **“L'agent sur place était disponible lorsque j'en avais besoin.”** La connexion a fonctionné correctement : “on voit la personne devant nous, comme si elle était à côté de nous. **Je voyais bien, j'entendais bien et j'ai obtenu les réponses à mes questions.”**



# France services

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

[www.france-services.gouv.fr](http://www.france-services.gouv.fr)

“Je reviendrai à Houdain car **cela m'évite de me déplacer trop loin de chez moi. Vous savez, à mon âge et avec mes problèmes de santé, c'est difficile de faire la route.**”

Son conseil à ceux qui hésitent encore : “Tout se passe bien, au final, il ne faut pas avoir peur car ça fonctionne bien. Je préfère la visio à l'envoi d'un courrier. Même si c'est à distance, **on voit et on parle quand même à quelqu'un.**”



### INFO PRATIQUE :

Deux sites internet officiels pour vous guider :

- [www.service-public.fr](http://www.service-public.fr). C'est le site généraliste d'informations sur vos droits et démarches ;
- [www.france-services.gouv.fr](http://www.france-services.gouv.fr). C'est sur ce site que vous pouvez trouver la maison France services la plus proche de chez vous dans la rubrique “Près de chez moi”.

## L'ANGDM, partenaire des France services

### Des partenariats ont été organisés entre l'ANGDM et les France services d'Houdain dans le Pas-de-Calais et de Douai dans le Nord

#### Une expérimentation réussie

En 2023, l'agence ouvre aux bénéficiaires du Pas-de-Calais et du Nord un accueil en visio-conférence. Ils rencontrent, depuis les locaux de France services l'agent d'accueil de l'ANGDM par écrans interposés.

Des créneaux d'accueil virtuels réservés aux bénéficiaires de l'agence ont été ouverts dans les France services d'Houdain (62) et de Douai (59). Aussi, une fois par mois, pendant 1h30, l'ANGDM répond aux demandes des bénéficiaires à distance.

A noter que :

- l'agent France services accueille le demandeur ;
- il effectue la connexion en visio avec l'ANGDM ;
- l'entretien peut démarrer ;
- l'agent France services se charge, si besoin, d'imprimer les documents nécessaires à la constitution du dossier ;
- il peut numériser les documents signés par le bénéficiaire pour les envoyer à l'ANGDM.

L'entretien est réalisé dans les mêmes conditions qu'un accueil physique classique.

L'ANGDM assure ainsi un service de proximité de qualité, réduisant le temps de parcours du bénéficiaire.

#### Un réseau partenarial étendu

En complément du partenariat avec les France services d'Houdain et de Douai, l'agence organise des permanences en accueil physique dans les maisons France services des Hauts de France notamment à Libercourt (62), Mazingarbe (62) et Pecquencourt (59).

## Une satisfaction bénéficiaires au rendez-vous

Une enquête de satisfaction a été réalisée à la suite des premiers entretiens.

**100 % des personnes interrogées sont satisfaites du service proposé.**

Les bénéficiaires sont d'abord surpris du mode de contact en visio-conférence, puis ils se sentent rassurés par les modalités de prise en charge de leur demande. L'agent France services facilite la mise en connexion avec l'ANGDM et assure le bon déroulement technique de l'entretien.

#### Une généralisation du dispositif sur tout le territoire

L'accueil à distance est en cours de déploiement sur tout le territoire. Ce dispositif complétera ainsi les accueils physiques et téléphoniques habituels et les visites à domicile.

**Pour plus d'information sur ce dispositif, contactez la plateforme téléphonique au 03 21 79 48 48 ou écrivez-nous en complétant le formulaire de contact en cliquant sur "Nous contacter".**



L'équipe France services d'Houdain vous accueille du lundi au vendredi de 8h à 12h puis de 13h30 à 17h

### **BON À SAVOIR : RETROUVEZ LES HORAIRES ET MODALITÉS D'ACCUEIL SUR NOTRE SITE WEB**

- la rubrique "Points d'accueil" vous aidera à trouver le lieu d'accueil le plus proche de chez vous ;
- dans la même rubrique, vous trouverez les horaires d'ouverture des accueils et des permanences en fonction de votre lieu de résidence ;
- des rendez-vous individuels peuvent être pris à la demande. Il vous suffit de contacter la plateforme téléphonique au 03 21 79 48 48 ou de nous écrire au moyen du formulaire de contact.

## Un nouveau site web, moderne et intuitif

**L'ANGDM est fière de vous proposer son nouveau site internet entièrement repensé ! Plus qu'une simple vitrine, c'est un véritable outil pour vous faciliter l'accès à nos services.**

### Trouver un accueil de proximité

Si vous souhaitez vous rendre sur un lieu d'accueil de l'agence, il suffit de renseigner votre département de résidence dans la rubrique « points d'accueil ». Vous trouverez alors les modalités d'ouverture au public de la permanence près de chez vous.

### Organiser plus facilement vos vacances et loisirs de proximité

Vous pouvez formuler, directement sur le site, vos trois vœux de longs séjours en complétant le formulaire de pré-inscription. Si une sortie à la journée vous intéresse, il vous suffit de renseigner le formulaire et d'ajouter les pièces justificatives.

La procédure classique d'inscription par courrier postal demeure inchangée. Vous pouvez obtenir le formulaire habituel en le téléchargeant sur le site.

Si vous avez une question ou besoin d'une information, vous pouvez désormais nous écrire en remplissant le formulaire de contact en ligne.

***Rendez-vous dès maintenant sur [www.angdm.gouv.fr](http://www.angdm.gouv.fr) et laissez-vous guider.***

### Mieux comprendre les prestations de l'agence et trouver la vôtre

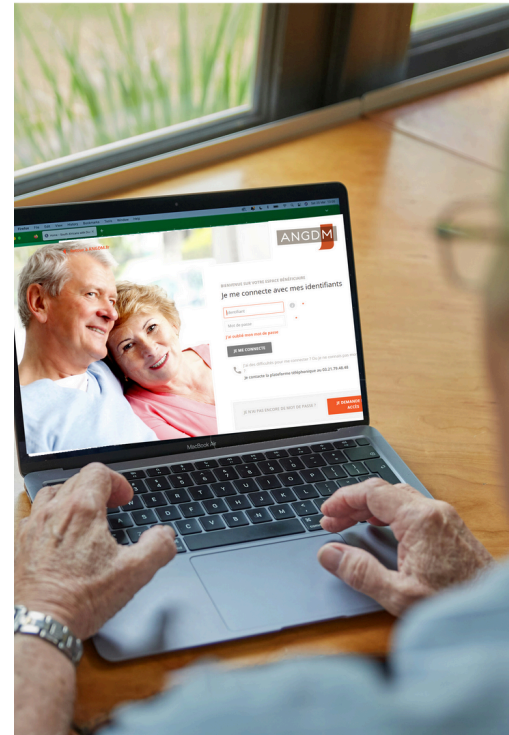
Chaque prestation de l'action sanitaire et sociale est détaillée. **La présentation des modalités d'éligibilité aux aides a été simplifiée.** De plus, un filtre vous permet de visualiser les prestations cumulables avec l'aide personnalisée d'autonomie.

Tous les formulaires en lien avec les avantages en nature sont regroupés dans la rubrique **prestations du statut du mineur**.

### Faire connaître l'agence et contribuer ainsi à la valorisation du monde minier

La rubrique "nos missions" reprend en détail le rôle de l'ANGDM, qui garantit, au nom de l'Etat, l'application des droits sociaux des anciens agents des entreprises minières ou ardoisières et de leurs ayants droit. En dehors d'une lecture réglementaire, le site internet est l'occasion de rappeler l'histoire sociale de la mine : les mineurs ont contribué à l'industrialisation et à la reconstruction de la France, parfois en y laissant leur vie. A ce titre, ils bénéficient d'un régime de retraite et d'une protection sociale particuliers.

***Vous y découvrirez des rubriques et des services conçus pour vous simplifier la vie.***



*Rendez-vous sur [angdm.gouv.fr](http://angdm.gouv.fr)*

### Une conformité avec le design de l'Etat

Le site web de l'ANGDM a été conçu en **conformité avec l'identité visuelle officielle** utilisée dans l'administration publique. Il est adapté aux personnes en situation de déficience visuelle et auditive. L'exigence du critère d'accessibilité facilite la navigation du site de l'agence aux personnes qui voient ou entendent moins bien. Elles peuvent ajuster la taille des lettres et les contrastes selon les besoins. La **conformité d'accessibilité** du site web de l'ANGDM au référentiel général d'amélioration de l'accessibilité (RGAA) est de 91,11%. Cette évaluation a été réalisée par un organisme indépendant.

### L'espace bénéficiaire évolue

L'espace personnel du bénéficiaire va lui aussi être rénové prochainement. Restez connectés ! De nouvelles fonctionnalités seront bientôt disponibles pour faciliter vos démarches et améliorer l'instruction de vos demandes. En attendant ce coup de lifting, vous pouvez accéder, comme d'habitude, à votre compte.

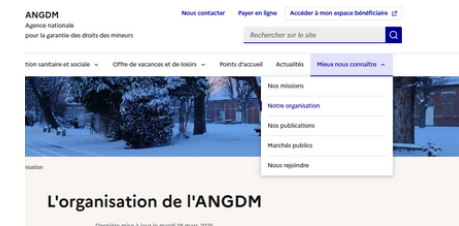
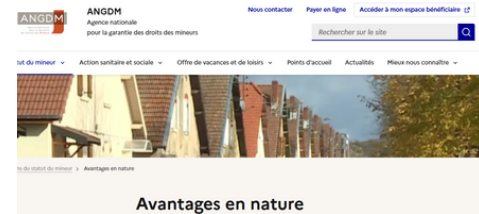
## Les rubriques du site web de l'ANGDM

À explorer sans plus attendre



Le site internet se compose de six rubriques:

- Prestations du statut du mineur ;**
- Action sanitaire et sociale ;**
- Offre de vacances et de loisirs ;**
- Points d'accueil ;**
- Actualités ;**
- Mieux nous connaître.**

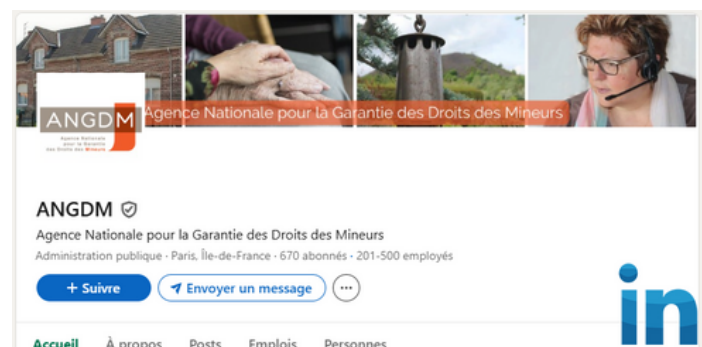


**Le paiement en ligne de vos séjours de vacances et de vos loisirs à la journée est toujours possible sur le site. Pour nous écrire, le formulaire de contact est pratique. Plus besoin de rédiger un courriel !**

### LE SAVIEZ-VOUS ?

L'ANGDM communique sur LinkedIn, le réseau social professionnel. Nous contribuons ainsi à la prise de conscience du rôle des mineurs dans l'histoire de notre pays.

N'hésitez pas à nous suivre !



## Le numérique au service du bien vieillir des seniors

Le site [www.pourbienvieillir.fr](http://www.pourbienvieillir.fr) est une plate-forme dédiée à la promotion du bien vieillir.

Il offre des conseils et des ressources pour aider les personnes âgées à maintenir leur autonomie et leur bien-être. Activité physique adaptée, nutrition, mémoire ou sommeil, ce site web regorge de bonnes idées pratiques pour « bien vivre la retraite ».

Aussi, vous avez la possibilité de vous inscrire directement pour participer à des ateliers d'aide à l'autonomie numérique près de chez vous.

L'objectif est d'apprendre à utiliser un ordinateur, une tablette ou un smartphone pour garder le lien avec vos proches. Vous saurez ainsi naviguer en toute sécurité sur le web pour effectuer vos démarches officielles et vous amuser.

### Trouvez votre prochaine activité et inscrivez-vous en ligne

Un moteur de recherche permet d'identifier les ateliers qui correspondent à vos besoins en fonction de votre lieu de résidence.

Les associations ou la mairie de votre secteur proposent des sessions de formation en présentiel ou à distance sur des thématiques qui peuvent vous intéresser.



Rendez-vous sur :

[www.trouver-monactivite.pourbienvieillir.fr](http://www.trouver-monactivite.pourbienvieillir.fr)

Vous y trouverez un large choix d'activités classées par thématique.

### Je trouve mon activité

Découvrez toutes nos activités de prévention en présentiel près de chez vous ou à distance. Quelques clics suffisent !

ALES (30100)

**Les activités près de "Alès"**

**Type d'activité**

Activités en présentiel

Activités à distance

**Période**

À partir du

Jusqu'à

**Thématiques**

Rester en bonne santé

Bien être / Estime de soi

Activités physiques

Equilibre / Prévention des chutes

Maintenir une vie sociale

Nouvelles technologies

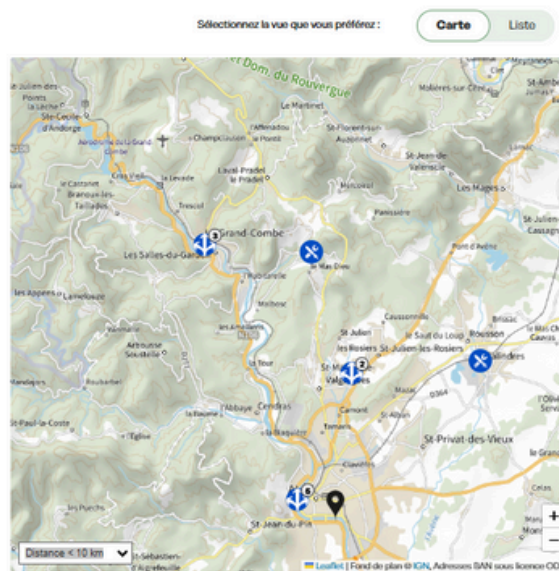
Activités ludiques

Culture

Lutte contre l'isolement

**Activités**

Atelier



Du 01 Avril 2025 au 10 Juillet 2025

18 places restantes

**Participation : 0€**

### Mode d'emploi

#### Comment rechercher l'activité qui vous correspond ?

1. Renseignez votre lieu de résidence ;
2. Vous pouvez choisir de participer à distance ou de vous rendre à l'endroit où se déroule l'activité ;
3. Indiquez vos disponibilités ;
4. Choisissez ensuite votre thématique ;
5. Il ne vous reste plus qu'à sélectionner la ou les activités de votre choix.

#### Comment s'inscrire ?

1. En ligne, directement sur le site " pour bien vieillir " ;
2. Par téléphone en contactant l'association ou l'organisme de formation.

#### Combien coûte l'inscription à une activité ?

La plupart des activités sont gratuites. Toutefois, pour certaines, une participation financière peut vous être demandée.

## Le smartphone au quotidien

Les appli installées sur leur téléphone facilitent le quotidien d'un couple de septuagénaire, bénéficiaires de l'agence. Ils vivent à Ecaillon dans le Nord.

**Ce couple utilise le smartphone pour les usages du quotidien**

*“On utilise soit le téléphone, soit la tablette, ça dépend de ce qu'on recherche. En général, on consulte notre compte bancaire en ligne, on suit nos consommations d'énergie et on est attentif quand on reçoit nos factures à la fin du mois.”*

Pratique : le couple a enregistré les cartes de fidélité des commerces dans les applications sur le téléphone. *“On a tout simplement téléchargé les applications des grandes surfaces afin d'avoir accès à nos cartes de fidélité et à nos tickets de caisse.”*

Le téléphone leur est utile aussi pour prendre des nouvelles de leurs proches. *“Nous les appelons en visio, cela nous permet de garder un lien avec notre entourage.”*



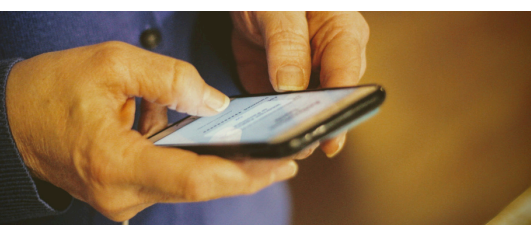
### BON À SAVOIR :

Trois sites internet dédiés au service public de l'autonomie vous apportent une information fiable, vérifiée et gratuite :

- [monparcourshandicap.gouv.fr](http://monparcourshandicap.gouv.fr) ;
- [pour-les-personnes-agees.gouv.fr](http://pour-les-personnes-agees.gouv.fr) ;
- [cnsa.fr](http://cnsa.fr).

D'autres sites vous permettent de trouver une activité de réflexion ou d'approfondir vos connaissances sur un sujet de votre prédilection :

- **Old'up** est un réseau de réflexion, d'échange, d'action et de recherche autour de la question du vieillissement ;
- **E-Seniors** est un blog qui affiche la couleur avec le slogan : “La vie commence à 50 ans” ;
- **L'Université virtuelle du temps disponible** propose des conférences culturelles interactives.



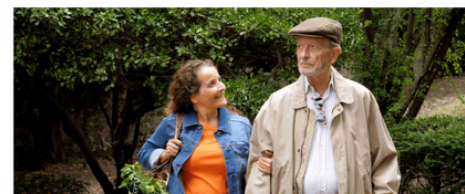
## Un portail d'information pour l'autonomie des personnes âgées

Le site [pour-les-personnes-agees.gouv.fr](http://pour-les-personnes-agees.gouv.fr) est le portail national d'information pour l'autonomie des personnes âgées et l'accompagnement de leurs proches.

Il offre une multitude de ressources et de services pour aider les personnes âgées et leurs aidants à trouver des informations et des solutions adaptées à leurs besoins.

Un espace annuaire des numéros utiles ou un comparateur de prix peuvent vous être utiles dans votre quotidien.

Une vidéothèque thématique permet un accès plus direct aux informations, pour prévenir la perte d'autonomie ou éviter les chutes, par exemple. Ce sont des films courts à visée pédagogique ou des tutos d'information.



Bienvenue sur le site officiel pour les personnes âgées et leurs aidants

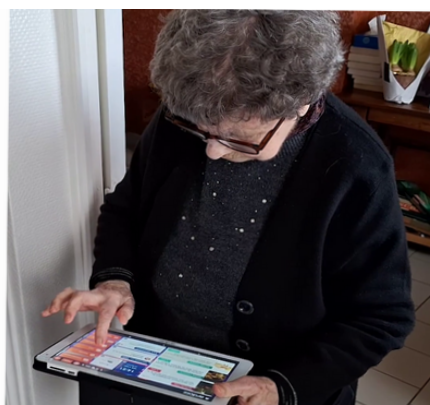
Vous avez besoin d'aide ? Nous vous guidons.

## Les applications aussi se mettent à votre service

Vous connaissez sûrement Doctolib, voici [Mon espace santé](#)

6 000 affiliés santé à la sécurité sociale des mineurs ont déjà activé leur espace santé. Vous avez reçu un courrier adressé par votre CPAM pour vous inviter à activer la connexion à votre espace santé, ou refuser ce service si vous ne souhaitez pas en bénéficier.

Pour vous aider dans cette prise en main, vous pouvez être accompagné par téléphone en appelant le **3422** du lundi au vendredi de 8h30 à 17h30.



Mon espace santé vous permet:

- de stocker vos documents de santé (comptes rendus d'analyse, d'examen, des visites chez les médecins, ordonnances...);
- de recevoir les documents vous concernant par votre médecin, votre laboratoire d'analyse, les acteurs que vous avez désignés, engagés dans le suivi de votre santé ;
- d'échanger des messages sécurisés avec votre professionnel de santé ;
- d'envoyer votre ordonnance à votre pharmacien. Il pourra alors la préparer et s'assurer qu'il dispose de l'ensemble des produits prescrits afin que vous receviez l'intégralité de votre traitement.

## Quel usage faites-vous du numérique ?

**Charline Lemaire, 74 ans, Pierre Collard, 78 ans et Guy Tavernier, 82 ans possèdent un smartphone ou un ordinateur qu'ils utilisent au quotidien**

**Comment utilisez-vous votre téléphone mobile dans votre quotidien ?**

**CL:** J'ai différentes applications qui me permettent de communiquer avec tout mon entourage, comme SnapChat et Messenger. Je passe des appels vidéo en FaceTime (vidéo) avec mes enfants et mes petits-enfants. Ma petite fille vit au Japon, depuis plusieurs années, et ma fille habite dans le Sud. Sinon, je consulte les actualités du jour. J'utilise le GPS de mon téléphone pour me déplacer. Je lis mes mails. Je programme mes rendez-vous médicaux dans l'agenda de mon téléphone. Mon téléphone me sert aussi pour les loisirs, je joue à Candy Crush, cela me change les idées dans les moments où je me sens seule. Et quand je suis bloquée sur un niveau, les enfants et les petits-enfants m'aident !

**PC:** Depuis la retraite, je me sers d'un ordinateur à la maison pour des jeux, l'actualité du jour, des modèles de courrier et l'envoi de mails pour des demandes diverses.

**GT:** J'utilise mon téléphone portable pour appeler et envoyer des SMS, mais aussi pour réaliser des photos lors de mes voyages sur l'île de la Réunion où réside ma fille. Je les transmets à mon entourage afin de leur faire partager mes souvenirs de vacances.



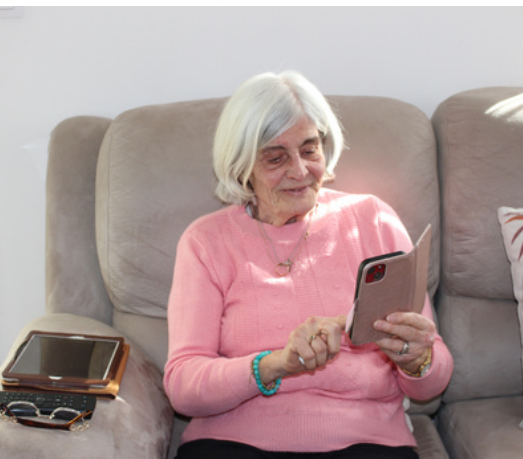
*Pierre Collard*

**Elzbieta Konieczny, 77 ans** est moins à l'aise avec son téléphone. Elle en fait un usage minimaliste

J'utilise mon téléphone portable uniquement pour appeler ou envoyer des messages. Je ne vais pas sur internet. J'ai participé, il y a quelques temps, à une action collective organisée par l'ANGDM "Le Surf des seniors" pour apprendre à utiliser un ordinateur portable. C'était très bien.

Malheureusement, mon état de santé ne m'a pas permis d'aller au bout des séances. Et sans ordinateur à la maison, je n'ai pas pu mettre en pratique ce que j'ai appris avec le formateur.

Ce sont mes enfants et mes amis qui s'occupent de mes démarches en ligne, notamment pour l'envoi de mails et la prise de rendez-vous.



*Charline Lemaire*



*Guy Tavernier*



*Elzbieta Konieczny*

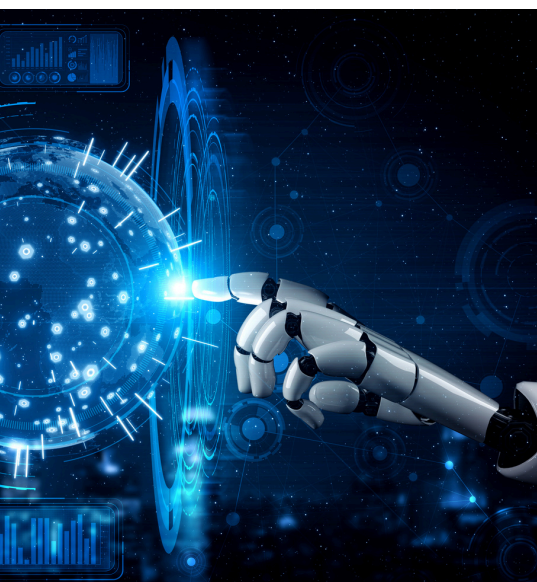
# 09 INTELLIGENCE ARTIFICIELLE

## L'intelligence artificielle, la nouvelle invention de l'homo sapiens

Du 6 au 11 février 2025, le sommet pour l'action sur l'intelligence artificielle (IA) a été organisé à Paris

L'intelligence artificielle est devenue incontournable, intégrée dans différents aspects de notre vie quotidienne et nous ne sommes qu'au début d'un long processus qui transforme rapidement nos façons de travailler, de communiquer et de nous divertir.

Des milliers d'acteurs du secteur sont venus de près de 100 pays. C'était une occasion en or pour **mettre en avant le savoir-faire français et européen**, avec un objectif de prendre une place active dans la construction mondiale de l'économie basée sur l'IA.



A l'issue du sommet de Paris, 100 actions et engagements concrets ont été annoncés, pour une IA de confiance d'intérêt général appelé aussi Current AI.

**Pour en savoir plus :**

<https://www.elysee.fr/sommet-pour-l-action-sur-l-ia>



*Des solutions IA concurrentielles sur le marché de la haute technologie avec ChatGPT, Gemini, Copilot ou Mistral AI*

Parmi les applications les plus courantes de l'IA, il y a l'outil ChatGPT développé par Microsoft, Gemini lancé par Google et le français Mistral AI.

Ces outils facilitent nos actions du quotidien, comme faire les démarches administratives à notre place, composer notre playlist idéale pour un mariage ou avoir des idées d'itinéraire pour les vacances. D'autres applicatifs nous tiennent compagnie pour jouer aux échecs ou résoudre des mots croisés.

Toutefois, il y a aussi des **applications d'intelligence artificielle à des buts d'intérêt vital**, en particulier, celles liées à la santé. L'IA est entrée dans le monde de la médecine et nous permet de mieux connaître notre propre biologie, grâce à la reconnaissance automatique des images, de former et d'entraîner des médecins et chirurgiens, de concevoir des prothèses intelligentes qui s'adaptent aux personnes ou d'élargir le champ des possibles des personnes handicapées ou dépendantes.

## À NOTER

**L'intelligence artificielle pour faire progresser la recherche médicale**

**Cardiologs**, créée en 2014, est une Medtech française dont les fondateurs ont eu l'idée d'appliquer l'IA aux électrocardiogrammes pour améliorer le diagnostic et la prise en charge des patients cardiaques. Rachetée par Phillips en 2021, la start-up est l'exemple de l'excellence française sur le terrain de l'IA médicale.

**Therapixel** est un autre exemple d'entreprise française ayant développé des algorithmes qui sauvent les vies, en utilisant l'IA pour dépister le cancer du sein.



*Paro, le phoque-robot*

**Paro, l'animal de compagnie nouvelle génération**

Encore plus près de nous, l'équipe spécialisée en maladie d'Alzheimer de **Filieris** en Lorraine innove avec un phoque robot prénommé Paro. C'est un robot conçu pour participer aux soins des patients atteints de troubles cognitifs ou de maladies neurodégénératives. Doux comme une peluche, doté d'une intelligence artificielle et de multiples capteurs sensoriels, Paro interagit avec les patients, agit sur l'amélioration de la communication et facilite ainsi la réalisation des soins.

**L'équipe Alzheimer Filieris de Lorraine a été le premier service de soins à domicile à développer cette technologie en France.**

Depuis, Paro est utilisé par l'EHPAD de La Plaine de Scarpe à Lallaing (Nord), dans l'unité de vie Alzheimer. En peu de temps, Paro est parvenu à faire réagir certains résidents en créant avec eux une relation à part entière.

Si le numérique prend de plus en plus de place dans nos vies, l'ANGDM n'oublie pas que de nombreuses personnes âgées ne sont pas toujours à l'aise avec les nouvelles technologies et veille à proposer des actions concrètes, accessibles à tous, sans imposer l'usage du numérique.

## Des permanences pour un accompagnement de proximité

Dans chaque bassin minier, des équipes de l'ANGDM assurent des permanences régulières afin d'accueillir les bénéficiaires en personne. Ces accueils physiques permettent d'aborder les préoccupations du quotidien, d'obtenir des informations sur les droits et de bénéficier d'un accompagnement pour les démarches administratives. Les agents prennent le temps d'expliquer, de conseiller et d'apporter une aide concrète pour résoudre les difficultés rencontrées. L'agence pratique la politique du guichet unique, ce qui veut dire qu'elle conseille les bénéficiaires sur toutes les aides mises en place par les pouvoirs publics.

## Des visites à domicile pour rompre l'isolement

Parce que l'isolement peut peser lourd sur le moral, l'ANGDM organise également des visites à domicile. Ces rencontres permettent de garder le lien avec les personnes les plus isolées et de détecter d'éventuels problèmes. Les assistantes sociales prennent le temps d'échanger, de s'assurer que tout va bien et d'identifier les éventuels besoins. C'est aussi l'occasion d'évoquer des sujets du quotidien, comme les questions de santé ou les difficultés d'organisation.



## Au-delà du numérique, des actions concrètes au quotidien

### Des activités collectives pour renforcer la convivialité

L'ANGDM soutient et organise des activités collectives. Les anciens mineurs se retrouvent, échangent et partagent des moments de convivialité. Que ce soit autour d'un repas, d'un atelier créatif ou d'une sortie culturelle, ces moments favorisent **le lien social et renforcent le sentiment d'appartenance à une communauté solidaire.**

Ainsi, lors de la dernière semaine bleue, une action nationale dédiée au sport des aînés a été déployée, avec le soutien de notre partenaire Filiaris. Trop souvent et à tort, l'avancée en âge et la vieillesse sont présentées comme le temps de l'immobilisme et du déclin.

Le fil rouge de cette journée sportive du 3 octobre 2024 dans les régions Est, Nord et Sud était **l'activité physique adaptée, déclinée autour d'ateliers animés et encadrés par des éducateurs sportifs diplômés.** Au cours de la journée, le service prévention de Filiaris a présenté l'application Temporforme et sensibilisé les participants à l'outil ICOPE.

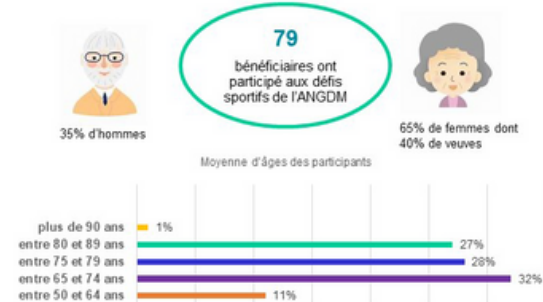
Des activités variées ont été proposées, comme les cours de sophrologie, le tir à l'arc, la pétanque, le tennis de table. Elles avaient pour objectif de **rassurer les participants sur leurs capacités motrices et de leur donner envie de reprendre une activité physique adaptée.**

Les retours sont très positifs : la journée s'est passée dans la joie, la bonne humeur, la convivialité et l'échange :

- pour **75% de participants**, de **nouvelles rencontres** ont eu lieu durant cette journée ;

*Lancer de poids et de disque  
à Blaye-les-Mines (81) et à Olhain (62)*

Profil des participants à l'action collective de la semaine bleue de l'ANGDM :



*Osez relever le défi sportif de l'ANGDM le 3 octobre 2024*

- **92 % des répondants** ont eu l'envie de **pratiquer une activité sportive** suite à cette journée ;
- **84 % des participants** savent désormais à quel interlocuteur faire appel ;
- pour **28 personnes**, un **accompagnement vers des activités permanentes a été proposé** (club de sport, centre communal d'action sociale, associations...)

À travers ces actions concrètes et humaines, l'ANGDM montre qu'elle reste profondément attachée aux **valeurs de solidarité et de proximité**, sans recourir systématiquement au numérique qui peut parfois perturber les plus âgés. En privilégiant le contact direct et l'accompagnement personnalisé, l'agence répond aux besoins spécifiques de chacun, avec professionnalisme et bienveillance.



## La téléassistance ou téléalarme

**La téléassistance permet de sécuriser les personnes âgées ou handicapées qui vivent seules chez elles, ou en couple, si les conjoints ne peuvent pas s'entraider mutuellement, en particulier, en cas de chute.**

**Munie d'un bracelet ou d'un collier porté en permanence, la personne déclenche le système de télé-assistance. Les secours sont alors alertés.** En effet, lorsque la personne appuie sur le bouton de son bracelet ou collier, un appel est émis immédiatement vers la centrale d'écoute. La plupart des systèmes prévoient la possibilité d'un échange avec le téléopérateur, grâce à un haut-parleur.



Mme Colette Zaballos, bénéficiaire de l'ANGDM. Elle vit dans le Tarn. Elle porte en guise de collier un bouton poussoir qu'elle peut activer à tout moment.

Le téléopérateur dispose des informations préalablement communiquées sur la personne, notamment la liste des personnes à prévenir, qui peuvent se rendre rapidement au domicile de la personne âgée, par exemple un proche ou un voisin.

Selon la situation, une intervention peut être activée par le téléopérateur pour porter assistance à la personne. Les services d'urgence (pompiers, SAMU, gendarmerie) sont prévenus quand la personne âgée ne répond pas.

**Le téléopérateur suit un protocole strict jusqu'à ce que la personne soit mise en sécurité.**

**L'achat et l'abonnement peuvent être pris en charge par l'ANGDM**

## EN PRATIQUE

**Comment bénéficier du dispositif de téléalarme ou téléassistance ?**

Pour pouvoir bénéficier de ce dispositif, il faut souscrire un abonnement auprès d'un organisme ou d'une société qui propose ce service. Vous pouvez vous adresser à :

- des entreprises privées ;
- des associations ;
- certaines communes ou services départementales.

Si vous êtes intéressé par l'installation de la téléassistance à distance, **n'hésitez pas à contacter l'agence par téléphone au 03 21 79 48 48 ou par courriel à [contact@angdm.fr](mailto:contact@angdm.fr).**

La mairie pourra aussi vous renseigner.

## LES COÛTS

**Le coût de l'abonnement et des prestations diffèrent d'un prestataire à l'autre.**

**L'ANGDM prend en charge une partie des frais d'abonnement.** Le dossier est instruit selon vos ressources et le barème en vigueur. En revanche, les systèmes de télésurveillance du domicile, type alarme, protection du domicile contre l'intrusion etc. ne sont pas compris dans le dispositif d'aide de l'ANGDM.

Si vous êtes bénéficiaire de l'allocation personnalisée d'autonomie, **les services sociaux départementaux** peuvent vous aider.

**Les mairies peuvent contribuer** à la dépense, sous certaines conditions.

**Certaines caisses de retraite complémentaire** accordent des aides financières au titre de l'action sociale.

### A noter

*Certains prestataires proposent des capteurs de chute, le suivi médical des constantes, l'accès simplifié à des services identifiés (rendez-vous chez le médecin traitant, intervention d'une aide à la personne).*

*L'intelligence artificielle peut permettre d'analyser les habitudes de la personne âgée à son domicile, grâce aux capteurs installés chez elle et ainsi déclencher des appels vers l'assistance si une situation anormale est détectée.*



## Pour un usage modéré des écrans : les risques et des conseils pratiques

En quelques années, les seniors sont devenus de plus en plus connectés. Mais passer trop de temps devant les écrans peut avoir des conséquences sur la santé.



Il est recommandé de faire une pause de 15 à 30 minutes toutes les deux heures. Il est aussi conseillé d'éloigner l'écran de télévision d'un mètre.

### Les écrans favorisent la sédentarité

Pour de nombreuses maladies, la sédentarité est le premier facteur de risque.

En effet, selon l'Organisation mondiale de la santé, la sédentarité multiplie par deux le risque de diabète, d'obésité et de maladies cardiovasculaires.

La position assise prolongée favorise les problèmes articulaires, contribue à la mauvaise circulation du sang, peut réduire la masse musculaire et provoquer des chutes.

Enfin, la lumière bleue émise par les écrans entraîne la fatigue oculaire et risque de perturber le sommeil.

### Quels sont les bons réflexes à adopter ?

Il est important de **modérer votre usage des écrans** et de **bouger**. Soyez actif le plus possible tous les jours : #Bouge 30 minutes par jour ! (retrouvez tous les conseils pratiques sur l'activité physique adaptée dans le n°66 d'Arc-en-ciel).

Pour réduire les effets indésirables de la lumière bleue sur vos yeux, n'hésitez pas à **faire des pauses régulières**. Il est conseillé de reposer les yeux pendant **15 à 30 minutes toutes les deux heures**. Vous pouvez ajuster la **distance entre vous et l'écran** pour une vision confortable, de 60 à 100 cm.

N'hésitez pas à solliciter les conseils de professionnels : votre opticien, votre ophtalmologiste ou votre médecin traitant pour adapter, si besoin, vos verres à l'utilisation des écrans.

## CONTACTEZ-NOUS

### RESTONS EN CONTACT EN TOUTES CIRCONSTANCES !

A proximité ou à distance, vous pouvez nous contacter par courrier, téléphone ou courriel. Le site internet vous permet aussi de vous tenir informé(e) des modalités d'accueil au sein de l'agence et des prestations auxquelles vous avez droit.



03 21 79 48 48

**MATIN**

Du lundi au vendredi de 8h30 à 12h

**APRES-MIDI**

Du lundi au jeudi de 13h30 à 16h30



Adresse unique de correspondance

110 av. de la Fosse 23  
62221 Noyelles-sous-Lens



contact@angdm.fr

**N'OUBLIEZ PAS DE VOUS MUNIR DE VOTRE NUMÉRO D'IDENTIFICATION**



### La protection de vos données personnelles

Arc-en-Ciel est adressé aux personnes pour lesquelles leurs données personnelles sont traitées par l'ANGDM dans le cadre de ses missions, et peuvent être transmises à ses partenaires. Avec Arc-en-Ciel, l'ANGDM réalise sa mission d'information au bénéficiaire sur ses droits. Au titre de la loi n° 78-17 du 6 janvier 1978 modifiée, relative à l'informatique, aux fichiers et aux libertés, vous bénéficiez d'un droit d'accès et de rectification aux informations qui vous concernent, que vous pouvez exercer auprès du Délégué à la protection des données de l'ANGDM, soit par voie postale à **l'ANGDM 110 avenue de la fosse 23 CS 50019 - 62221 Noyelles-sous-Lens, soit par mail à dpo@angdm.fr** Notre politique de protection des données est consultable à l'adresse suivante : **<https://www.angdm.fr/Politique-de-protection-des-donnees-personnelles>**

## Arc en Ciel

### Lettre d'information de l'ANGDM

N°ISSN : 1951-8471

**Siège social** : 1-3 avenue de Flandre - 75019 PARIS

**Contact** : Tél : 03 21 79 48 48

contact@angdm.fr - <https://www.angdm.gov.fr>

**Directeur de la publication** :

Laurent Bergeot

**Rédaction** :

Isabelle Bitouzet, Souad Daho, Margaux Nowak, Tatiana Petrova

**Photos** : ANGDM, France services Houdain, Filieris, Adobe Stock, Unsplash

**Impression** : Fabrègue - Saint-Yrieix-la-Perche



**RÉPUBLIQUE FRANÇAISE**

Liberté  
Égalité  
Fraternité



Certifié PEFC

Ce produit est issu de forêts gérées durablement et de sources contrôlées.

pefc-france.org