



SÉNIORS EN MOUVEMENT

Un travail récent mené auprès du Comité Départemental des Retraités et Personnes Âgées (CODERPA) par le Conseil départemental du Nord, à l'occasion du lancement des ateliers citoyens sur la thématique du bien vieillir, a fait ressortir « l'importance de la reconnaissance de la personne âgée comme une ressource et comme un citoyen actif qui reste impliqué dans la vie sociale et associative de son quartier ».

OBJECTIFS

- Améliorer la qualité de vie des seniors de plus de 60 ans en luttant contre l'isolement social et en les mobilisant sur des projets de santé.

DÉROULEMENT

« Seniors en mouvement » est un programme d'actions participatif, sur deux ans, visant à inscrire une réflexion pérenne autour du bien vieillir sur un territoire.

Un déjeuner quizz est organisé la première année : lors d'un repas les participants répondent à des questions sur des thématiques de santé. Des experts thématiques locaux viennent apporter des compléments de réponse aux seniors.

Le déjeuner est suivi d'un atelier ayant pour but de réfléchir avec les seniors à des actions visant à améliorer leur qualité de vie.

A l'issue de cette première phase mobilisatrice, un module est choisi par les seniors parmi les thématiques suivantes : usage des médicaments, aménagement du domicile, nutrition, troubles sensoriels et lien social.

Ce module comprend un temps de sensibilisation des seniors bénévoles sur la thématique, un temps d'appropriation des connaissances acquises et la création d'un support (animation/communication, etc...) mobilisable lors du troisième temps destiné à tous les seniors du territoire.



FORMAT

Spectacle-débat
Ateliers



PUBLIC

Seniors



PARTENAIRES

CLIC des territoires concernés
Conseil départemental du Nord
Seniors des territoires
Unis Cité



INTERVENANTS

Mutualité Française HDF
Cie La Belle Histoire
Experts locaux