

SUR LES PAS DE NOS AÎNÉS

MARCHE URBAINE ET ACTIVITÉS PHYSIQUE

Cette action consiste à proposer à des personnes âgées de plus de 65 ans une marche au centre-ville de Rennes, au travers du circuit proposé dans la ville dont elles feraient elles-mêmes les commentaires historiques. Cette action a vocation à être partagée avec des personnes encore en activité, mais aussi en bas âge, créant ainsi un mouvement intergénérationnel. Pendant la marche urbaine, des exercices physiques seront proposés par un intervenant de Siel Bleu aux participants. Cette action sera mise en place le mercredi 16 novembre 2016 après-midi. Les partenaires de cette action sont les CLIC de Rennes, Alli'Age, Noroit, Ille et Illet, le CCAS et la Mairie de Rennes. Leur rôle concernera la communication auprès des bénéficiaires de cette action en amont de l'action. Ils devront également couvrir l'action le jour J.

ETAPES DE MISE EN OEUVRE

Durant les 3ème et 4ème trimestres 2016, un travail de communication en lien avec le réseau de Rennes sera réalisé. Fin septembre ou début octobre 2016, une rencontre du réseau de partenaires aura lieu pour planifier le tracé de la ballade. Mi-octobre, une campagne de communication sera lancée à Rennes et son agglomération. Le 16 novembre se déroulera l'action sur Rennes de 14h30 à 16h30. Afin d'assurer un suivi de l'action, un fichier de pré-inscription de participation sera établi. L'évaluation de l'action se fera par le remplissage d'un questionnaire de satisfaction distribué le jour J en fin de journée. Le bilan sera réalisé au cours du mois de décembre 2016.



Siel Bleu

Ville Amie des Aînés depuis 2011
Rennes (35)

OBJECTIFS :

- Encourager la mobilité et le vieillissement actif des personnes âgées par l'activité physique.
- Réaffirmer leur appartenance au territoire en les impliquant directement dans un projet.
- Favoriser les liens intergénérationnels

PRATIQUE :

- Communiquer autour du projet.
- Rencontrer le réseau de partenaires.
- Planifier le tracé de la ballade.
- Relayer l'information.
- Distribuer un questionnaire d'évaluation à l'issue du projet.
- Réaliser un bilan.

PERSPECTIVE DU PROJET

Cette action est issue d'une première action de ballade urbaine (sans côté historique) au mois de novembre 2015 à laquelle sept personnes ont participé. Par la suite, certaines personnes ont à nouveau souhaité des actions de ce type. Une ballade urbaine a donc eu lieu au mois de juillet et au mois d'août 2016. Elles ont rassemblé dix personnes environ, en général des personnes sensibilisées venant avec leurs amis. Une fois l'action de novembre 2016 passée, le souhait est de reconduire cette action lors des beaux jours du printemps et été 2017 ainsi que sur d'autres territoires (Saint-Malo, Redon...). Il a été constaté une plus grande mobilisation pendant ces périodes. A terme, cette action pourrait se faire en collaboration avec des écoles et des groupes de seniors au moins une fois par an.

FAVORISER LA COHÉSION SOCIALE ET RÉAFFIRMER SON APPARTENANCE À LA SOCIÉTÉ

Cette action favorise la cohésion sociale au travers de l'intergénération par la participation des personnes âgées comme source et relais vivant de notre histoire, leur utilité et leur rôle de transmission de mémoire vis à vis des générations suivantes. Des partenariats avec des écoles devraient également être créés avec l'association Siel Bleu afin de proposer des actions d'échange intergénérationnel par le biais de l'activité physique plus régulièrement. Par ailleurs, les personnes âgées revenant dans le centre ville de Rennes réaffirment leur appartenance à la société.



APPEL À CONTRIBUTION

Si, comme la Ville de Rennes, vous avez mis en place des projets pour les aînés, n'hésitez pas à nous en faire part : contact@rfvaa.com