

## OLYMPIADES, RENCONTRE SPORTIVE DES MAISONS DE RETRAITE

### OBJECTIFS

Maintenir l'activité physique pour les personnes âgées vivant dans les établissements (EHPAD et Résidence Autonomie). Valoriser le dynamisme des personnes âgées, leur capacité à se dépasser et à s'engager dans une action. Favoriser le lien social: fédérer une équipe au sein des différents établissements compétiteurs et créer une occasion de rencontre entre les résidents des différents établissements.

### PRATIQUE

Organiser un événement sportif inter-établissement. Constituer des équipes de huit personnes par établissement. Effectuer des entraînements quelques semaines avant l'événement. Solliciter des bénévoles le jour J.

Coût : 40€/établissement ; chaque année à tour de rôle, l'un des établissements détache un(e) infirmier(e) sur l'événement ; matériel, équipements et moyens de transport mis à disposition par la Ville.

### UN ÉVÉNEMENT SPORTIF INTER-ÉTABLISSEMENT

Afin de promouvoir l'activité physique des personnes âgées résidant en établissement et de valoriser leur participation tout au long de l'année, les Olympiades (événement inter-établissement) sont organisées chaque année depuis 2012 à Rennes. Ces rencontres sportives sont préparées et mises en œuvre par l'ergothérapeute chargée des activités physiques adaptées qui intervient dans six établissements, et par les animatrices en poste dans ces établissements. Ces professionnels réfléchissent en amont aux épreuves proposées et les adaptent au public; s'assurent de l'organisation matérielle et logistique liée à l'événement; préparent les outils de communication. Ce sont eux aussi qui préparent les équipes dans les sept établissements participant. Cette action est soutenue par la Direction des Personnes Âgées du CCAS. Les responsables d'établissements mobilisent le personnel nécessaire pour assurer l'encadrement de la journée. Les différents acteurs présents à l'événement sont associés à l'évaluation de l'action : leur ressenti sur l'événement est pris en compte, ainsi que toutes leurs remarques pour améliorer l'organisation de l'événement d'une édition à l'autre. Les Olympiades sont organisées depuis quatre éditions au gymnase du Vélodrome : c'est un endroit central, facile d'accès et offrant la possibilité d'un stationnement aisé.

## OLYMPIADES

Rencontre Sportive des Maisons de Retraite  
CCAS de la Ville de Rennes



**Mardi 17 Mai 2016**  
**À partir de 14h30**



Au Gymnase du Stade Vélodrome Commandant Bougouin  
10 rue Alphonse Guérin—Rennes

Le lieu est aussi adapté à la circulation des personnes à mobilité réduite. Les rennais, et particulièrement les plus âgés, sont très attachés à cet endroit chargé de souvenirs, où s'organisaient les fêtes de la ville (fêtes de la jeunesse...) et de nombreux événements sportifs (courses cyclistes...).

### DES ACTEURS INVESTIS

Différents services de la Ville de Rennes et de Rennes Métropole sont sollicités dans l'organisation de l'événement :

- la Direction des Sports (Ville de Rennes) qui met à disposition le gymnase dans lequel se déroule l'action ;
- la Direction des Approvisionnements (Ville de Rennes) et Direction Communication (Rennes Métropole) sont sollicitées pour l'obtention de lots à remettre aux participants des Olympiades ; [www.ville-](http://www.ville-)

samiesdesaines-rf.fr

- le Service Imprimerie (Ville de Rennes) qui imprime les affiches pour chaque édition de l'événement ;
- les médias locaux sont également sollicités (radio - presse).

La participation des familles est encouragée dans chacun des établissements, pour pouvoir venir soutenir les résidents. Les bénévoles de chaque établissement sont également sollicités pour accompagner les résidents et apporter leur soutien aux équipes, ainsi que pour contribuer au bon déroulement de la journée (ils orientent les équipes d'une épreuve à l'autre...). Les Olympiades parviennent à fédérer différents acteurs autour d'un esprit d'équipe. L'événement est aussi l'occasion de retrouvailles entre résidents de différents établissements.



Chaque année, les sept établissements participant à cet événement parviennent à mobiliser une équipe de huit «compétiteurs» sur des épreuves sportives (tennis, basket, bowling, mini-golf, tir au but, parcours de marche avec obstacles, tec.). Des séances d'entraînement sont organisées durant les quelques semaines précédant les Olympiades, suivies dans chaque structure par un groupe de 15 à 20 personnes. Ils sont sollicités pour tester les épreuves et donner leur avis afin d'adapter celles-ci à leurs capacités et éventuelles difficultés, pour faciliter la participation de tous. La mobilisation des résidents sur cet événement est mise en avant par différents supports de communication internes et externes (journaux d'établissements, programmes d'activités, revues internes, presse locale, radio). Les participants perçoivent cet impact par les différents retours qui leur sont faits, et en ressentent une certaine fierté.

## LES OLYMPIADES, UNE ACTION RECONDUITE ET ATTENDUE CHAQUE ANNÉE

Cette action est reconduite tous les ans depuis 2012. L'action connaît chaque année des adaptations (épreuves proposées, accueil...) en fonction de l'évolution du public, des contraintes liées à l'utilisation des équipements (horaires...). Tous les ans, les organisateurs font appel à des associations sportives locales, à des entreprises fournissant du matériel ergonomique ou à des parrainages sportifs, afin de dynamiser encore l'événement. Ces acteurs répondent favorablement ou non, en fonction de leur disponibilité. En s'appuyant sur les ressorts de toute compétition sportive, qui donnent du sens à l'événement, les Olympiades parviennent à rassembler un large public : l'action touche près d'une centaine de participants, dont une soixantaine de résidents. L'émulation créée autour des Olympiades encourage les résidents à prendre part à l'événement, à s'engager, à se mobiliser et à se déplacer pour l'occasion.



### APPEL À CONTRIBUTION

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