

LA MAISON DE VIE : DES DIZAINES D'ACTIVITÉS POUR SE RENCONTRER



Ville de
Rixheim

RIXHEIM

Ville Amie des Aînés depuis 10-2015

Rixheim (68)

Fiche publiée le 15/01/2016

OBJECTIFS

Permettre aux retraités rixheimois d'avoir accès à un large panel d'activités à coût réduit. Mailler le territoire de manière à favoriser la mise en place d'activités sur tous les quartiers. Favoriser le lien social via des sessions collectives et conviviales.

PRATIQUE

Recruter des bénévoles afin d'animer les ateliers. Créer un catalogue des activités. Communiquer sur l'existence du dispositif.



UNE RÉPONSE CONCRÈTE AUX ATTENTES EXPRIMÉES PAR LES HABITANTS

La Maison de vie de Rixheim a été créée en 2008, en réponse aux attentes exprimées par les habitants qui regrettaient de ne pas pouvoir pratiquer diverses activités dans la ville. Elle est aussi le fruit d'une promesse de campagne du Maire de la Ville, élu pour la première fois lors de cette même année.

La Maison de vie a été créée grâce au partenariat de deux acteurs très complémentaires : la municipalité et l'association APALIB'. Cette dernière, dont le siège social est situé à Mulhouse, proposait alors d'ores et déjà des activités à l'attention des seniors. Forte de cette expérience, elle est sollicitée par la municipalité afin de mettre en place ce nouveau projet, en particulier via la mise à disposition d'une animatrice chargée de coordonner le dispositif. **Dès octobre 2008, la Maison de vie est officiellement en marche. Au vu du succès du projet, celle-ci évolue encore et toujours afin de s'adapter toujours plus aux attentes des habitants.** Parmi les évolutions notables, on peut souligner le fait que la Maison de vie est désormais une structure intégralement portée par les services de la Ville depuis le 1er janvier 2015.

LA VOLONTÉ DE CRÉER UNE STRUCTURE DE PROXIMITÉ

L'une des originalités majeures de ce projet tient dans l'un des enjeux exprimés dès le moment de sa création : **la volonté que la Maison de vie soit une structure de proximité pour tous les rixheimois. Pour répondre à ce défi de taille, la Maison de vie, qui n'est pas un lieu en tant que tel mais plutôt un concept, s'installe concrètement sur les quatre quartiers de la ville** (Centre, Romains, Île Napoléon, Entremont). Ainsi, les 36 activités proposées par la Maison de vie se déroulent dans divers lieux situés sur ces quatre quartiers : complexe sportif, locaux associatifs, maison des associations, salle communale... De cette manière, quel que soit son quartier d'habitation, chaque retraité rixheimois est sûr de pouvoir pratiquer certaines activités à proximité de son domicile. Plus encore, c'est l'occasion de créer un lieu de rencontres, parfois nécessaire pour permettre aux habitants d'un même quartier de lier connaissance. **Loin de n'être qu'une structure visant à proposer des activités de culture et de loisirs, la Maison de vie répond donc à des enjeux très forts : favoriser le « vivre ensemble » et rétablir du lien social.**

UN DISPOSITIF POPULAIRE QUI RENCONTRE UN VIF SUCCÈS

En 2015, 36 activités étaient donc proposées par la Maison de vie sur 47 créneaux et quatre quartiers de la ville. Afin de promouvoir la diversité d'activités proposées (yoga, broderie, informatique, self-défense...), chaque année, 1200 catalogues sont distribués dans la ville, par le biais de la mairie ou de commerces de proximité. L'information est également diffusée via le bulletin municipal, le site Internet de la ville ou encore par le biais de la presse. Toutefois,



désormais, la structure jouit surtout de sa réputation et du bouche-à-oreille, sans compter que la majeure partie des participants se ré-inscrivent d'une année à l'autre.

Les inscriptions sont ouvertes en priorité aux retraités rixheimois en général, les 55-60 ans également même si le tarif est différent. Ceux-ci adhèrent à la structure via une adhésion annuelle de 7€ (qui couvre l'année de septembre à août de l'année suivante) puis peuvent s'inscrire aux activités qu'ils souhaitent pratiquer durant l'année en bénéficiant d'un tarif préférentiel : 30€/an pour la gym, 22€/an pour la rando-raquette ou encore 10€/an pour les jeux de société.

Lorsqu'il reste de la place, les inscriptions peuvent aussi être ouvertes aux personnes à partir de 55 ans retraitées n'habitant pas Rixheim. Néanmoins, dans ce cas, en complément de l'adhésion annuelle de 7€ à la Maison de vie, c'est le tarif plein qui s'applique : 18€/an pour le sport cérébral, 34€/an pour le ski alpin ou encore 16€/an pour l'activité tarot.

En 2015, 950 personnes étaient inscrites aux activités proposées, dont 600 adhérents à la Maison de vie. Parmi ceux-ci, un public divers en fonction des activités. Si les activités sportives ou en extérieur attirent plutôt l'intérêt des jeunes retraités, les plus âgés se retrouvent en majorité autour d'activités moins physiques et le plus souvent à l'intérieur. Toutefois, certains adhérents sont inscrits à plusieurs activités.

Dans tous les cas, quels que soient l'activité pratiquée ou le profil des retraités, c'est bien la convivialité qui rassemble l'ensemble des participants. En effet, bien loin d'être construite sur une logique de compétition, la Maison de vie se veut avant tout un lieu de rencontres, d'échanges et de plaisir, et au vu des retours des participants, il semble que l'objectif soit largement atteint !

En marge des activités présentes dans le catalogue, la Maison de vie organise également de façon ponctuelle des rencontres-conférences. A titre d'exemple, très bientôt, une banquière retraitée proposera un échange sur la gestion du budget aux retraités intéressés par le sujet.

UNE STRUCTURE QUI REPOSE SUR LE BÉNÉVOLAT

Parmi les activités proposées par la Maison de vie, une très grande majorité sont animées par des retraités bénévoles. Souvent, ce sont les retraités eux-mêmes qui sollicitent la coordinatrice de manière à mettre à disposition d'un groupe à la fois



leur temps et leurs compétences. L'équipe de la Maison de vie tient à valoriser le savoir faire et savoir être des bénévoles et mettre en valeur leur fonction d'utilité sociale et de transmission. Lorsqu'un animateur doit quitter l'activité, c'est souvent l'un des participants au groupe que se porte spontanément volontaire pour le remplacer. **Aujourd'hui, la Maison de vie fonctionne en partie grâce à la contribution de 75 bénévoles.**

En retour, ceux-ci peuvent bénéficier de temps de formation financés par la structure. Les bénévoles peuvent choisir des formations trouvées par leurs propres moyens ou se référer au catalogue de formation de l'ADEIPA qui propose des sessions sur des sujets divers tels que « marche nordique », « Écoute active et mener des jeux relationnels » ou encore « Garder le nord en toute situation en gérant ses émotions ». Régulièrement, la formation PSC1 (1er secours) est proposée. Prochainement un atelier « ensemble sur la route » permettant une révision du code de la route et de la sécurité routière sera proposée aux bénévoles conduisant des minibus.

La Maison de vie tient à ses bénévoles et à leur bien-être. C'est pour cette raison que malgré les listes d'attente qui s'allongent, la saturation des groupes d'activité est exclue. En effet, le(s) bénévole(s) (puisque certaines activités sont animées par un binôme voire un trinôme de bénévoles) indiquent pour chaque activité le nombre de personnes qu'ils se sentent prêts à accueillir. En fonction de l'activité et du tempérament de chacun des animateurs, des groupes de différentes tailles sont constitués mais le fait de dépasser le nombre limite indiqué par le(s) bénévole(s) est absolument exclu ! Le grand défi auquel est confrontée la Maison de vie est donc celui-ci : recruter de nouveaux bénévoles pour permettre à tous les retraités qui le souhaitent d'intégrer les activités proposées.

APPEL À CONTRIBUTION

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